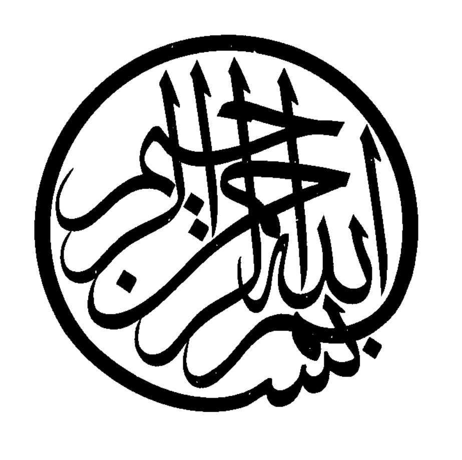
إمرأة في محنة

أ. د. عادل صادق




بسم الله الرحمن الرحيم

إمرأة في محنة

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية	١٩٧١ / ٩ / ٢٠٠٣
١٥٥,٦٣٣	صادق، عادل إمرأة في محنة/ عادل صادق ـ عمان: زاهر القاضي عمان، ٢٠٠٣ ر.إ: ١٩٧١ / ٩ / ٢٠٠٣ **الواصفات:** /علم النفس// المرأة// الأنوثة// الطب النفسي/

تم إعداد بيانات الفهرسة والتصنيف الأولية من قبل دائرة المكتبة الوطنية

رقم الإجازة المتسلسل لدى دائرة المطبوعات والنشر ١٩٧١ / ٩ / ٢٠٠٣

الناشر



مؤسسة First Line للنشر والتوزيع

تلفون ٥٨١٩٨٢٨ ـ فاكس ٥٨١٩٨٥٨ ٦ ٩٦٢

ص.ب ٢٤٥٥ عمان ١١٨٢١ الأردن

البريد الإلكتروني: firstline29@yahoo.com

المدقق اللغوي: أ. عاطف أبوسريس

الإخراج والتصميم: إياد الأحمد

المحتويات

المقدمة

الرجل شيء..
والمرأة شيء آخر!

هذا هو الجزء الأول من كتاب عن المرأة والطب النفسي، وهذا معناه أن ثمة اختلافات جوهرية بين المرأة والرجل فيما يتعلق بالمعاناة النفسية التي يتعرض لها كل منهما خلال رحلة الحياة.. وهذا يعني أن المرأة والرجل مختلفان في البناء النفسي مثلما هما مختلفان في البناء البيولوجي.

والبناء البيولوجي هو تلك التركيبة التشريحية الفسيولوجية الكيميائية الهرمونية التي يتشكل منها الكيان المادي للإنسان.. أما البناء النفسي فهو التفكير والعاطفة والإدراك والسلوك التي يتشكل منها الكيان المعنوي للإنسان.. أي شخصيته.

ولا أحد يستطيع أن يدعي أن المرأة والرجل متشابهان في البناء البيولوجي.. فهذا البناء البيولوجي قد أبدعه الخالق عّز وجل من أجل أداء دور معين.. وجاء البناء النفسي مختلفاً عند الرجل والمرأة لينسجم مع البناء البيولوجي لكل منهما..

إن دور المرأة مثلاً يتطلّب سمات نفسية معينة تتفق وطبيعة دورها في الحياة.. ولا يمكن أن نتصور مثلاً امرأة ذات بناء بيولوجي أنثوي متكامل تتمتع بالسمات النفسية للرجل..بمعنى أن تكون أنثى جسديا ورجلاً نفسياً.. هذا اضطراب خطير

يعـوق المرأة عن أداء دورها في الحـيـاة..فـلا هي امـرأة ولا هي رجل. وهناك حـالات ليست قليلة من هذا النوع بعضها ظاهر وبعـضها خفي.يكون ظاهراً حين تشعر المرأة بأنها جـسـديا تنتـمي لعـالم النسـاء ولكنها تحـمل في طيـاتها كل صـفـات الرجل وانتماؤها الحقيقي يكون لعالم الرجل.

ويكون خفيـاً حين تتعثر المرأة في علاقتـها بالرجل فتتصارع معه كند منافس وهي لا تدري أن ذلك يرجع إلى تشويش في بنائها النفسي يجعلها تتـأرجح لا إرادياً بين عالم النساء والرجال..

.. المرأة السوية هي التي ينسجم عندها البناء البيـولوجي مع البناء النفـسي وهذا يبدو واضحاً منذ طفولتـها..ويبدو أكـثر وضوحـاً حين تمر بمراحل النمو المختلفة وخـاصـة في مـرحلة المراهـقـة،ثم وهـي تحيض كـلّ شهـر ثم مع الحـمل والولادة والرضاعة ثم وهي تمارس أمومتها..وقبل ذلك وهي تمارس علاقتها بالرجل فتحس باختـلافـها وتـفـردها الكامل عـنه وبذلك يتـحـقق الإنجاب الكامل معـه كـقطبي المغناطيس المختلفين.

هذا الاخـتـلاف هو الذي يولد قـوة الجذب الطاغيـة التي تدفـعـها طواعـيـة نحـو الرجل، وبذلـك تتـأكـد أنوثتـها الكاملة ويتـاح لهـا فـرصـة أداء دورها الخـالد على الأرض.. ذلك الدور الذي تسعد به المـرأة وتشعـر بالرضا الكامل عنه والذي يصل إلى حد الزهو..

وحينـما يكون هناك انسـجام بيـولوجي نفسي في البناء الأنثوي تكون هناك آلام من نوع خاص.. آلام جسديـة.. وآلام نفسية.

وقد نعجب كيف تتولد الآلام من حالة الانسجام.. والإجابة تجيء على لسان امرأة تقول: قبل بدء الدورة الشهرية بأسبوع لا أطيق أي شيء يلمس ثديي حتى ملابسي.. إن أي ملامسة تسبب آلاماً فظيعة.. وأعجب من النساء اللاتي لا يشعرن بالحالة نفسها.. وأقول السبب أنهن فقدن الإحساس.. إنهن نساء بلا أحاسيس.. لا أحاسيس أنثوية حقة.. أنا سعيدة بآلام ثديي قبل الدورة لأن هذا معناه أنني أحس وأنني أيضاً أشعر بأنوثتي..

قد يكون هذا رأياً فلسفياً لهذه المرأة التي تشعر بعمق أنوثتها، ولكنه أيضاً يعبر عن حقائق واقعية لها مدلولها الطبي والنفسي أيضاً..

فابتداء من سن البلوغ حوالي الثالثة عشرة وحتى سن الخامسة والأربعين تقريباً تحيض المرأة كل شهر.. والحيض معناه أن البويضة لم تلقح.. فالرحم يتهيأ مرة كل شهر لاستقبال البويضة الملقحة.. مشروع إنسان.. وعلى مدى الشهر وكل شهر تفرز هورمونات من المخ والغدة النخامية والمبيضين بأنواع وبمقادير ترتفع وتنخفض عند أيام معينة من الشهر.

إن كل ارتفاع وانخفاض يصاحبه تغيرات فسيولوجية وأيضاً نفسية.. وهذه التغيرات تصاحبها آلام تنبئ عن التغيرات التي تحدث بالداخل والدالة على الاستعدادات الأنثوية الدورية لأداء دورها في تلقي الخلايا الأولى للحياة.. لإنسان قادم.

ولأسباب غير معروفة علمياً على وجه الدقة، فإن هذه الآلام الجسدية والنفسية قد تكون قاسية غير محتملة وقد تعوق الحياة بشكلها الطبيعي..

هذا الكتاب يصف بعض هذه الآلام التي تؤثر في حياة المراة وفي حياة الرجل أيضاً.. وفي حياة الأسرةكلها..

قد تتعرض المراة لتقلبات مزاجية حادة وعنيفة تمر بها على مدى الشهر وكل شهر.. وهي ذاتها لا تدري كنه مشاعرها، ولاتدري بحجم التغيرات التي تطرأ عليها اي لا تكون على بصيرة بما يمر بها من تقلب مزاجي وتعتقد أن هذه مشاعرها الحقيقية عند كل لحظة ومع كل موقف..

تنتقل من حالتها المعتادة إلى الفتور ثم العدوانية ثم الابتهاج.. إقبال ثم إعراض.. عصبية ثم هدوء.. حبّ ثم كراهية..إنه تذبذب حاد ومرهق ومؤلم.. تبدو مخلوقاً غاية في الغرابة بالنسبة للمحيطين بها.

ويمكنك ان ترسم لها خطاً بيانياً يوضح مدى التقلب.. تستطيع أن ترصد هذه التغيرات بأعراض محددة هي ذاتها تتكرر في كل مرة وفي أيام معينة من الشهر.

فمثلاً، في الأسبوع الذي يسبق بدء الدورة تبدو المراة فاترة ثم مكتئبة ثم عصبية ثم عدوانية.. ثم تأتي الدورة فتختفي العدوانية.. يعاودها الهدوء.. ثم يمر اسبوع فتبدو مرحة منطلقة متحمسة متفائلة.. عاطفية ورقيقة وشاعرية.. ويحار الإنسان في امرها كيف تتحول في غضون أيام من عدوانية شرسة عنيفة حادة إلى رقيقة حالمة وديعة..

حياتها: عملها وقراراتها ورؤيتها للأشياء تتأثر بهذه التقلبات المزاجية الحادة والسريعة..ففي ايام معينة ترى كلّ شيء قاتماً سيئاً.. يملأها الشك والغيظ..ثم

تعقبها أيام تنقلب إلى النقيض فتتغير رؤيتها وبالتالي يتغير حكمها وتقديرها.. أي لا ثبات ولا استمرار ولا استقرار.. ولا راحة لها وللآخرين..

ومع الانسحاب التدريجي للشباب تنسحب الدورة الشهرية من حياة المرأة..ينطفئ الوهج وتتراجع الحيوية.. إنه المغيب والمشيب والخريف.. أي زلزلة تتعرض لها المرأة حين تصل إلى سن اليأس!!

بداية الأعراض تبدأ في سن الأربعين.. وتتزايد في الخامسة والأربعين.. ويظهر الاكتئاب في سن الخمسين.. هذه المرحلة لا تمر أبداً دون معاناة.

وقد يبدأ القلق قبل ظهور الأعراض الفعلية حين تلحظ المرأة المرور السريع لسنوات العمر فتحاول إيقاف الزمن بوسائل شتى، بالجراحة أو بتغيير شهادة الميلاد.. وأعراض سن اليأس المؤلمة لها أسبابها البيولوجية والنفسية والاجتماعية.

والمرأة قد تهب حياتها لشخص واحد.. يتوقف كل شيء في الحياة عند هذا الإنسان.. يشغل بالها وتفكيرها ويملأ عواطفها ويشكّل غاية طموحها وآمالها وأحلامها.. يبدو هذا واضحاً حين تحبّ وحين يكون لها ابن معوق.. الابن المعوق يصبح محور حياتها أو هدف حياتها.. تهمل الزوج وبقية الأبناء.. تمتنع عن كل ما يمتعها.. تشعر بتأنيب الضمير إذا هي استمتعت بأي من متع الحياة.

هذا الابن المعْوّق يفجّر كلّ أحاسيس الأمومة.. الواجب.. المسؤولية.. العطاء.. تشعر أن الله قد خلقها من أجل خدمة هذا المعوق ورعايته..ولاتستطيع أبدا أن تتخلى عن آلامها التي تلازمها طوال حياتها..

ولا شيء في الحياة يؤلم قدر فقد الابن.. ولا أحد يتعس ويشقى قدر تعاسة

وشقاء الأم حين تفقد ابنها.. وتظل المرارة عالقة بوجدانها حتى آخر لحظة من حياتها.. أبداً لا تنسى. تفقد القدرة على الإحساس بالسعادة.

شيء ما يتوقف أو يموت داخلها.. تموت في عينها كلّ الحياة.. ثم تمضي بها الحياة.. تنجب آخرين.. تمر بمحطات فرح.. وحين تضطر لأن تفرح تشعر بشيء ما يوخزها من داخلها.. كيف تفرحين وقد مات ابنك؟!

عجيب الإنسان حين ترتبط حياته بحياة إنسان آخر.. حين لا يمكن أن تكون له حياة بعد موت هذا الإنسان الآخر.

والإجهاض أحد الحوادث الهامة في حياة المرأة.. إنه فشل أنوثتها.. إن عدم قدرتها على الاحتفاظ بالجنين هو دليل خيبة الرحم وضعف البويضة.. وتحزن حزنها على إنسان كامل في خيالها.

فمنذ لحظة الإخصاب الأولى وهي تتصور الطفل وقد جاء وكبر.. ترسم له صورة كاملة في خيالها.. وحين يحدث الإجهاض تتجسد هذه الصورة وتملأ تفكيرها ووجدانها بوضوح.. والإحساس الذي يسيطر على المرأة في هذه الحالة هو أنها فقدت جزءاً منها.. أحد أعضائها وبعض نفسها..

وإن كان الإجهاض إرادياً أو اختيارياً أو بتصميم من الأطباء في حالة إذا ما كان الحمل يشكل خطورة على صحة الأم أو لأسباب اجتماعية.. فالمرأة تشعر بالاكتئاب وتأنيب الضمير وبأنها قاتلة وان الله لن يغفر لها.

وتثار في داخلها قضية من أعجب القضايا..من الأحق بالحياة هي أم الجنين؟ ..

يحدث هذا إذا كانت مريضة بمرض خطير واستمرار الحمل سينهي فوراً حياتها أو

يؤدي إلى تدهور شديد.. وفي قاع ضميرها يكون الجنين أحق منها بالحياة، فهو الصحة والمستقبل بينما هي الماضي والمرض..

وفي الوقت الذي نتوقع فيه أن يمتلئ قلبها بالفرحة وتنتشي نفسها بالزهو وذلك حين تخرج منها حياة مخلقة.. حين تتواصل الحياة وتضيف لها فإنها تكتئب.. ويختلط عقلها.. أيّ خلل وأيّ اضطراب وأيّ ضريبة باهظة!! ماذا حدث؟ ولِمَ يحدث؟ وأي ذنب اقترفته؟..

تنساب دموع صامتة هادئة نفس حزينة حائرة.. أو تشعر بيأس قاتل وكراهية للحياة.. تهمل الوليد الرضيع وقد تسيطر عليها أفكار غريبة بالخلاص منه والخلاص من نفسها.. وقد تنهار تماماً فيتشوش الوعي ويضطرب التفكير.. هلاوس وضلالات وهذيان.. ويكون هذا هو الاحتفال الكبير والجائزة الذهبية لمقدم الوليد الحبيب.

وبالمقابل لدينا المرأة التي حرمت من نعمة الإنجاب..أي نقص وأي مرارة!!ماذا تعني الحياة بالنسبة لها. وكيف تستقر حياتها مع زوج يتمنى طفلاً أو مع زوج لا يقدر بينما هي تستطيع.. إنها حيرة قد تسحب كل طعم حلو للحياة..

هذه هي محتويات الجزء الاول من كتاب «حواء في عيادة الطبيب النفسي».. أما الجزء الثاني فسيحتوي على مشكلات غاية في الدقة والحساسية بالنسبة للمرأة تمس إحساسها بكيانها الأنثوي وتمس علاقتها الخاصة بالرجل.. وعلاقتها بضغوط الحياة وذلك لأنها امرأة.حياتها تبدأ.. بمعاناة.. ثم تتعقبها المعاناة خلال مراحل عمرها.. ثم تنتهي بمعاناة حين تنعقد فوق رأسها سحابة سوداء داكنة وذلك حين

تفقد رفيق عمرها.. فالمراة اطول عمراً من الرجل.. ولهذا يقدر لها في كثير من الأحيان أن تواجه هذه المأساة.

د. عادل صادق

حياتي عذاب

سن اليأس

لنبدأ من النهاية، أم قبل النهاية بقليل.. عند مرحلة من أحرج مراحل عمر المرأة.. سن اليأس.. وما أصعبها من كلمة.. اليأس.. أي لا أمل.. أي الهزيمة والاستسلام وانتظار النهاية.

وفي الحقيقة، هي كلمة غير دقيقة لا تعبر عن الحالة التي تمر بها في هذه المرحلة.. هي كلمة غير طبية لأن الطب لا يعرف اليأس حتى في أحرج لحظات المريض، وإن كان هناك تهديد فعلي لحياته.. الطب هو الأمل في الشفاء من أجل حياة مشرقة ملؤها الحماس والنشاط..

من أين جاءت كلمة اليأس..؟ إنها تمثل بعداً واحداً أو عرضا واحداً من جملة أعراض عديدة تعاني منها المرأة في هذه المرحلة.. شعورهابالنهاية. .بانقضاء معظم سنيّ العمر.. بالحسرة على ما فات.. بان ما هو آتٍ منطفئ باهت لا يحمل بين طياته إلا الألم والوحدة.. لذا تشعر المرأة باليأس.. أو يكون الإحساس الطاغي لديها هو اليأس..

ولأن الأعراض كثيرة، ولأن الأحاسيس في هذه المرحلة تكون مختلطة ومتضاربة ومتعارضة، ولأن الحالة المؤقتة في عمر المرأة تعبرها بسلام وتتخلص من كلّ هذه الأعراض، فإنه يكون من الظلم دمغ المرحلة كلّها باليأس أو أن نجعل اليأس هو الصفة أو السمة الغالبة حتى يصبح اسماً وعنواناً لها..

..وكلمة اليأس تدعو إلى المزيد من اليأس.. ولذا لا بد أن نحاول تغيير هذه الكلمة.. واقرب ترجمة إلى الكلمة الإنجليزية Menopause هي انقطاع الطمث،

وعلى الرغم من انها لا تصف الحالة بشكل متكامل إلا أن انقطاع الطمث يعتبر من أهم أعراض هذه المرحلة..

والسؤال الذي يتبادر إلى الذهن بداية هو:هل نحن نتعامل مع حالة مرضية؟ هل الأعراض التي تصيب المرأة في هذه المرحلة يمكن جمعها تحت كلمة حالة مرضية؟ إن الأطباء تعوّدوا على تشخيص وعلاج الأمراض، فما هو موقف الطب من الأعراض التي تصيب المرأة في سن اليأس؟

في الحقيقة لا يوجد في التقسيمات الطبية مرض محدّد مرتبط بسن اليأس.. ولكن كتب الطب العضوي والنفسي اهتمت بهذه المرحلة لأنها تمثل مرحلة حاسمة في عمر المرأة يحدث فيها تغيرات فسيولوجية هامة ينتج عنها أعراض معينة تشعر بها المرأة. وأحياناً، تعاني منها بشدة وهي تشابه مرحلة المراهقة حيث تحدث تغيرات فسيولوجية حاسمة قد تعاني منها الفتاة.

ولكن ليست كل معاناة مرضاً.. فالمرأة قد تعاني قبل الدورة الشهرية وتعاني أثناء الحمل وأثناء الولادة وقد تكون الآلام شديدة ولكنها لا تندرج تحت الآلام المرضية.. فأيّ تغير أو تطوّر فسيولوجي يعبر بالإنسان يسبب اضطراباً وظيفياً مؤقتاً، وهذا الاضطراب يتسبب في ظهور أعراض يعاني منها الإنسان ولكنها معاناة مؤقتة لا تسبب خللاً مستمراً أو تدميراً دائماً.. إنها معاناة التطور.. ومشكلات الانتقال من حال إلى حال. إنها مثل تغيير الفصول وتعاقب الليل والنهار.

مثل هذه المراحل أو فترات الانتقال.. هي فترات الاضطراب المحكوم والفوضى المتوقعة.. ولأن التغير يحدث داخل الإنسان ويرتبط بنظم أو نسق ظل ثابتاً حيناً

من الزمن،، فإن التغير لا يحدث فجاة.. اي لا توجد حدود قاطعة صارمة وحادة.. ولكنه تغير تدريجي يحدث فيه الاختلاط والفوضى وعدم الوضوح والتذبذب، ويصاحب ذلك- مثلما يحدث في أيّ تغيير- ثلاثة أعراض: الخوف - الاكتئاب - الألم.. إنه ثالوث المعاناة الإنسانية..

وانا حين أبدأ كتاباً عن المرأة بسن اليأس، فهذه البداية لا تعتبر اكتئابية ولكنها بداية واقعية.. وهذه هي حدة العلم وصرامته وشجاعته في المواجهة.. والإنسان يبدأ بما هو اهم وهام وضروري وحيوي.. أو حين يريد شد الانتباه لأمر مندثر يتجاهله الناس.

إن هذا هو الحال مع سن اليأس.. المرأة لا تريد أن تواجه نفسها بأيّ شيء يتعلق بهذه المرحلة.. تريد ان تتجاهلها وأن تنسى أنها تعبرها.. لا تريد أن تتحدث عنها ولا تريد أحداً أن يحدثها عنها.. تتحاشى مفاتحة صديقة أو طبيب وتتحاشى قراءة كتاب..

وهذه هي إحدى مشكلات المرأة النفسية المرتبطة بتقدم العمر.. والمصدر الحقيقي لهذه المشكلة هو مفهومها الخاطئ عن نفسها.. عن ذاتها وكيانها في مراحل العمر المختلفة.. وهذا هو لبّ القضية وأصل الموضوع ومصدر نصف متاعب المرأة في مرحلة اليأس..

إذا تغيّرت مفاهيم المرأة عن نفسها ورؤيتها لذاتها وشعورها بكيانها، فإنها ستصبح أكثر تقبلاً لهذه التغيرات المرتبطة بتقدّم العمر، وتصبح أكثر استعداداً لأن تعرف.. والمعرفة نور.. نور يساعد على المواجهة والرؤية السليمة والتقييم الموضوعي

والعلاج الصحيح.

ولا بد من أن تتوفر للمرأة معلومات علمية دقيقة عن هذه المرحلة لتعرف ماذا يحدث بداخلها، ولتعرف كيف تتعامل مع أعراضها وكيف ترتب حياتها.. وأيضاً كيف ترى الحياة وتعيشها وتسعد بها بمعاناه أقل، وكيف تتخلص من الأعراض المؤلمة إذا كان هناك علاج لهذه الأعراض.. وكيف لا تؤثر هذه الأعراض تأثيراً سلبياً على أسلوب حياتها الذي اعتادت عليه.. اعتادت أن تسعد به ومن خلاله.

كل امرأة ستعبر سن اليأس.. إنه أمر محتوم.. لا مفر من سني العمر القادمة التي قدّرها الله لنا..، هذه السن هي نقطة تحول هامة في حياة المرأة.. إنها مرحلة تتعرض فيها المرأة للقلق والحزن والشك والتقلبات العاطفية، وكذلك لأعراض جسدية تكون مؤلمة في معظم الأحيان.. إذاً، لا داعي أن ندفن رؤوسنا في الرمال.. ولنبحث عن وسائل تجعل حياتنا مشرقة..

إنني أحاول من خلال هذا الفصل أن أقدم خبرتي الطبية العملية العلمية مع نساء مررن بهذه المرحلة.. إنها مجموعة من المشكلات العاطفية -الجسدية-الجنسية- والتي قد تحتاج فيها المرأة إلى مساعدة مهنية.. أقصد مساعدة طبية..

- الوقاية خير من العلاج.. والوقاية من خلال الاستعداد والتهيّؤ لمواجهة هذه المرحلة.. والمواجهة قادمة ولا داعي للتأجيل.. إن الإعداد لهذه المرحلة يحتّل موقعاً هاماً للتأجيل.. إن الإعداد لهذه المرحلة يحتلب موقعاً هاماً في مجال الوقاية والعلاج للحفاظ على التوازن النفسي للمرأة وهي تمر بهذه المرحلة، إذ إن أعراض هذه المرحلة كما سنعرض فيما بعد - تزداد حدة إلى حدّ الألم الشديد إذا فقدت المرأة توازنها

النفسي.

وبالرغم من أنّ البداية قد تكون بسيطة في صورة اضطرابات عادية في الدورة الشهرية إلا أن الحقيقة القاسية لا تعترف بها المرأة إلا حين تنقطع الدورة تماما.. حينئذ تدرك المرأة أن الحال تبدل وانها دخلت مرحلة مختلفة من حياتها.. وللأسف، فإن معظم النساء يعتبرن انقطاع الدورة هو بداية النهاية وذلك هو اليأس الحقيقي.

إن مشكلات الدورة الشهرية تبدأ مع سن المراهقة حين تحاط الفتاة بمشاعر متباينة من الخجل والاضطراب والقلق والضيق وعدم الارتياح وربما الاشمئزاز.

إن ذلك الدم الذي يخرج من جسم الصغيرة كلّ شهر ويصيب جسدها بالإعياء أحياناً يسبب صدمة ويشكل صراعاً لديها.. هذا الدم نفسه حين ينقطع تدفقه الشهري لدى السيدة الناضجة التي جاوزت الخامسة والأربعين من عمرها يسبب صدمة ويشكل صراعاً لديها.. ولكنه صراع من نوع آخر يفقدها توازنها النفسي انفعالياً وسلوكياً.

وإذا اقتربنا من التعريف الطبي، سنرى أن سن اليأس هي السن التي تتميز أساساً بتوقف الطمث.. ولكن الأمر ليس بهذه البساطة حيث أن أعراضاً أخرى كثيرة قد تبدأ ولمدة طويلة قبل انقطاع الطمث.. إنها مرحلة تتميز بأعراض قد تكون قاسية إلى حد المعاناة وتستمر من ثلاث إلى خمس سنوات، وفي أحيان نادرة تستمر لمدة سنوات حتى تختفي هذه الأعراض..

× × ×

ما أعراض سن اليأس؟

يختلف نوع وحجم الأعراض من امرأة إلى أخرى.. من مجتمع إلى آخر.. اختلافات ترجع إلى التكوين والوراثة والبيئة والثقافة والحضارة.. المعتقدات الاجتماعية والعادات والتقاليد والأفكار السائدة وموقف المجتمع وموقف المرأة من نفسها ورؤيتها لذاتها.. إنه معقد وليس بسيطاً.. إنها مشكلة بيولوجية نفسية اجتماعية Psycho-Socio-Biological ..

ولكن البداية واحدة عند كل نساء الأرض.. الاضطرابات غير المتوقعة في الدورة الشهرية.. اضطرابات مفاجئة على غير انتظار في أوقات غير معلومة.. اختلاف الميعاد.. نقص الكمية.. زيادةالكمية.. تطول المدة أي مدة النزيف.. تقصر المدة.. تأتي كل ثلاثة أسابيع.. أو كلّ ستة أسابيع.. تمتنع شهرين كاملين ثم تنتظم.. تظهر أعراض نفسية وجسدية مؤلمة قبل موعد نزولها.. أو تزيد حدة أعراض كانت موجودةقبل بدء الطمث.. أو - وهذا هو الغريب - تختفي أعراض كانت تزعج المرأة كل شهر قبل بدء الدورة، لا تنجو امرأة من اضطرابات الدورة ايذاناً ببدء هذه المرحلة.. مرحلة سنّ اليأس« وهذه الاضطرابات قد تستمر عامين أو ثلاثة أعوام قبل التوقف النهائي للطمث..

- ثم يأتي العرض التقليدي الثاني والثابت أي المتكرر مع معظم الحالات وهو تلك السخونة او الحرارة أو «الهبو» الذي يصعد من الصدر إلى العنق ثم يتركز في الوجه ويصاحبه حالة من الزهق والضيق الحاد والعرق الساخن.

- الاستيقاظ المفاجئ أثناء النوم ليلاً والشعور بضيق التنفس..

- نوبات مفاجئة من الخوف دون سبب محدّد، وخاصة بعد الاستيقاظ المفاجئ من النوم.

- الخلل الشديد في المزاج إلى حد كراهية الحياة..

- الملل والشعور بالوحدة.

- إحساس عميق ومبهم بالحزن والهوان.

- نوبات من البكاء من أجل لا شيء.

- افتقاد الحيوية والنشاط..

- العرق الشديد أثناء الليل ..

- الإحساس بالعجز وعدم الكفاءة والضياع وازدياد الشك.

- النسيان.

- الدوخة-عدم التوازن..

- جفاف المهبل..

× × ×

متى تبدأ الأعراض؟

هل نستطيع أن نتوقع متى تبدأ مرحلة اليأس..؟ هل هناك استعداد وراثي بمعنى وراثة أعراض اليأس نفسها، ووراثة التوقيت الذي بدأت عنده مرحلة اليأس لدى الأم..؟

هل تهتم المرأة بسؤال أمها أو شقيقتها الكبرى..؟

..التكوين والاستعداد الوراثي يلعبان دوراً هاماً.. ولكن ثمة عوامل أخرى متشابكة.. ولكن السن المعروفة التي تبدأ عندها أولى العلامات هي تقريباً الخامسة والأربعون.. قد تبدأ أحياناً قبل ذلك بقليل أو بعد ذلك بقليل.. ولذا، فإن الاستعداد النفسي يجب أن يبدأ قبل سن الخامسة والأربعين.. وعلى المهتمين بمشكلات المرأة أن يعدوا رقم ٤٥ مهماً في حياة المرأة..

وقد يكون هناك علاقة بين موعد بدء الدورة في مرحلة المراهقة واختفائها في مرحلة اليأس.. فإذا كانت قد جاءت في سن مبكرة عن المعتاد، فإنه في الأغلب ستختفي في سن متأخرة..

والشيء المؤكد حالياً طبياً هو أن التدخين يسرع بدخول المرأة في هذه المرحلة لأنه عموماً يسّرع الشيخوخة.

× × ×

ثلاثة تغيرات بيولوجية هامة:

١ - انخفاض إفراز هورموني الأستروجين والبروجيستيرون Oestrogen - Progesteron.

٢ - توقف المبيضين عن إصدار البويضات .

٣ - توقف الدورة الشهرية.. وعملية التبويض لدى المرأة تعتمد على تنسيق هورموني يبدأ من المخ.. إنه نسق أو نظام أو سيمفونية قائدها منطقة في المخ تعرف باسم الهيبوثلامون Hypothalamons.. إنه المايسترو الذي يتحكم في جهاز الغدد

الصماء.. ويتحكم في الانفعالات.. ويتحكم في كلّ أجهزة الجسم الداخلية كالقلب والمعدة والأمعاء والشرايين وأعضاء التناسل.

والصدمات العاطفية تؤثر على الهيبوثلامون وكذلك الضغوط والقلق والاكتئاب.. ولذا يضطرب النظام الهرموني عند المرأة إذا تعرضت لصدمة أو ضغوط أو معاناة نفسية: وفاة عزيز.. فقد.. خسارة.. فشل عاطفي.. ولهذا تضطرب الدورة الشهرية.. تتوقف.. يختل التبويض.. بعض حالات العقم تعود لأسباب نفسية.. ومعظم أسباب اضطرابات الدورة الشهرية نفسية.

كيف يتحكم الهيبوثلاثموث في الغدد الصماء.. ؟

إنه يفعل من خلال سيطرته على سيرة الغدد والتي توجد بالمخ واسمها الغدد النخامية.. Pituitary Gland.. إنها الغدد المسؤولة عن نمو الإنسان.. وتتحكم في بقية الغدد.. وهي أيضاً تتحكم في المبيضين..

.. والمبيضان يفرزان هورموني الأستروجين والبروجيستيرون.. وهما المسؤولان عن إعداد الرحم لتلقي البويضة الملقحة، وبالتالي فهما مسؤولان عن الدورة الشهرية في حالة عدم حدوث الحمل وكذلك هما مسؤولان عن أجزاء أخرى من الجسم كالثدي، ولذا تلاحظ المرأة ازدياد حساسية الصدر للألم في فترات معينة كلّ شهر.. وكذلك يتأثر المهبل وعنق الرحم.

ففي منتصف الدورة(أي في اليوم الرابع عشر) يزداد الأستروجين الذي يؤدي إلى زيادة بلل المهبل وعنق الرحم (زيادة الإفرازات) وذلك يساعد الحيوان المنوي في رحلته حتى يتم تلقيح البويضة..

.. والحقيقة، ان جميع الغدد الصماء تلعب دوراً هاماً في مرحلة اليأس وليس المبيضان فقط..

وتعالي نتتبّع الدورة من أولها.. ففي اليوم الأول لبدء الدورة إلى منتصف المسافة، فإن الغدد النخامية تصدر اوامرها للمبيضين لإفراز الأستروجين وذلك لإعداد البويضة لتصبح جاهزة للتلقيح. في منتصف الشهر تنفصل البويضة عن المبيض لتمر عبر قناة فالوب Falopian Tube.

في النصف الثاني من الشهر يفرز هرمون البروجيستيرون لإعداد الرحم لاستقبال البويضة الملقحة.. وفي نهاية الشهر إذا لم يحدث التلقيح تنخفض نسبة الأستروجين والبروجيستيرون، ولذا ينهار الجدار الذي تكوّن في الرحم لاستقبال البويضة ويخرج من المهبل في صورة ما يسمى الطمث.. إنها حلقة متصلة من الهيبوثلامون إلى الغدة النخامية ثم إلى المبيضين..

ومع بداية سن اليأس، فإن هذا النسق ينهار حيث لا يستجيب المبيضان للإشارات الهورمونية.. لقد انتهى العمر الافتراضي للمبيضين وأصبحا غير صالحين لإصدار البويضات.

ولكن يظل المبيض يفرز قدراً ضئيلا من الأستروجين.. وكذلك يفرز من أماكن أخرى من الجسم.. إن قدراً ضئيلا من الأستروجين يظل يفرز طوال عمر المرأة.. ولكنه قدر غير كاف.. وهذا النقص يتسبب في كثير من أعراض سن اليأس.. ولعل كل امرأة تتذكر البدايات الأولى حين أتتها الدورة الشهرية.. لقد ظلّت مضطربة لعدة شهور.. جاءت أول مرة.. ثم اختفت شهرين أو ثلاثة.. ثم

عاودت الظهور ولكن بكميات ضئيلة.. ثم بكميات كبيرة.. وظلت على هذه الحال عاماً أو عامين حتى استقرت في صورتها النهائية..

إن شيئاً من هذا يحدث مع بداية سن اليأس، وذلك يشير إلى بداية الخلل الهورموني صعوداً وهبوطاً في كمية إفراز الأستروجين حتى تستقر الأحوال نهائياً وتتوقف الدورة..

المعاناة

أعراض مختلفة ومتنوعة.. بعضها قد يبدو أنه لا ارتباط بينها وبين سن اليأس، بعض الأعراض يمكن تفسيرها والبعض الآخر لا يمكن تفسيره.. ولعله من المثير أن نقول أن ١٥٪ من النساء لا يعانين من اي أعراض.. فجأة تختفي الدورة الشهريةفقط.. ١٠٪ من النساء يعانين من أعراض شديدة مؤلمة.. و ٧٥٪ من النساء يعانين أمراض متوسطة الحدة.

بعض النساء يحتجن إلى تدخل طبي.. ولمساعدة الزوج.. ومن قبل تحتاج المرأة للمعلومات الدقيقة الصحيحة التي تساعدها على مزيد من الفهم.

إن التوقع يخفف من حدة المعاناة.. المفاجاة دائماً مؤلمة.. والمراة لا تحتاج فقط لمضادات الاكتئاب ومضادات القلق وهورمون الأستروجين إنها تحتاج للتعاطف والفهم..

بعض النساء يصبن بالوساوس المرضية والخوف وخاصة مع الاضطرابات الشديدة للدورة الشهرية والتغيرات الجسدية وتكثر زيارتها للأطباء الذين يجب ان يكون

لديهم الحساسية والوعي للتعامل مع هؤلاء النساء اللاتي يعبرن بهذه المرحلة الحرجة..

تخاف من الأمراض وتقلق من أجل صحتها، ومع أبسط الأعراض تتوهم أن لديها مرضاً خطيراً وذلك يضاعف من قلقها ومن معاناتها، وتظل تلاحظ التغيرات التي تطرأ على جسدها ووجهها وشعرها..

والأعراض النفسية تسبق الأعراض الجسدية، ولكن المرأة تلحظ الأعراض الجسدية أكثر وتعبر عنها وتشكو منها وتعطيها اهتماماً كبيراً.

وعموماً، فإنه من السهل على الإنسان أن يعبر عن آلامه الجسدية، ومن الصعب أن يعبر عن آلامه النفسية.. والآلام النفسية في البداية تكون مبهمة وغير واضحة تحار فيها المرأة وتمر بها للحظات أو ساعات ثم تختفي وذلك لشهور طويلة قبل أن تصبح مستمرة. تخاف من الأمراض وتقلق من أجل صحتها، ومع أبسط الأعراض تشكو المرأة من الشعور بالإجهاد والتعب السريع والإعياء والصداع وضعف الذاكرة والانتفاخ واضطرابات الهضم وآلام وفقدان الرغبة الجنسية وجفاف المهبل أو إفرازات المهبل الزائدة.. ولكن من أشهر الأعراض التي تمثل القاسم المشترك ثلاثة أعراض:

١ - السخونة أو الحرارة أو الهبو.

٢ - جفاف المهبل.

٣ - وهن العظم.

العرضان الأول والثاني مرتبطان بنقص كمية الأستروجين.. ولذا، فإن العلاج

بكميات إضافية من الأستروجين يؤدي إلى اختفاء الهبو و جفاف المهبل.

والمرأة تقلق كثيراً لهذه السخونة التي تضايقها.. لأنها تنبعث في البداية من ثدييها وتصعد إلى رقبتها لتتجمع في وجهها.. تأتي فجأة وتختفي فجأة.. تستمر لحظات أو ساعات.. تختفي شهوراً ثم تعاود الظهور.. ويصاحب ذلك أحياناً عرق بسيط وقد يكون غزيراً وفي عز الشتاء تصفه المرأة احياناً وكانه مياه ساخنة صبت على رأسها ووجهها.

هذه الحرارة تكون مؤلمة حتى في الشتاء.. وأكثر إيلاماً في الصيف.. وعادة ما تأتي في الليل أثناء النوم فتنهض فزعة من نومها مع إحساس بالزهق والضيق.. ولذا، تشعر بالخوف وهي ذاهبة إلى فراشها للنوم حين تتذكر انها تستيقظ على هذا الهبو المحرق جسدياً ونفسياً.. وقد تشعر بالخجل إذا داهمها وهي بين الناس.. وبالرغم من أن الآخرين لا يلحظون ما يمرّ بها، إلا انها تكون مضطربة وتظن أن الناس يراقبونها.

إن ما يضايقها أكثر هو تصورها أنّ الناس سيدركون انها فعلاً في سنّ اليأس بسبب هذه الأعراض الشهيرة.. ولذا، فهي لا تشكو علناً من هذه السخونة إلا إذا كانت شديدة ومؤلمة، ولا تفصح عنها إلا للطبيب..

ومع نقص الأستروجين يرق جدار المهبل ويفقد ليونته وحيويته ويصبح هشاً وجافاً، وقد يؤدي ذلك إلى حدوث آلام وخاصة أثناء الجماع، كما يؤدي ذلك إلى حدوث التهابات المهبل والمثانة وما يصاحب ذلك من إفرازات زائدة.

وكلما تقدم بنا العمر وهنت عظامنا.. هذا أمر لا مفر منه، لأنه لا مفر من أن

نكبر وأن نشيخ.. نفقد الصلابة التي تدعم عظامنا ولذا تتكسر عظامنا بسهولة وأيضاً تصيبنا الآلام.. في الأحوال العادية نفقد ١٪ كل عام من عظامنا.. ولكن مع سن اليأس ترتفع نسبة الفقد الى ٢٪.

ومن أخطر الأعراض فيضان الدماء الذي يداهم المرأة.. قد تأتي الدورة في موعدها ولكن بكميات ضخمة.. وهنا يجب الفحص الطبي، إذ قد يكون السبب أوراماً ليفية حميدة.. إذا جاءت دورة نزيفية وسط عدة دورات طبيعية، فهذا معناه بداية ضعف المبيضين وعدم قدرتهما على إفراز القدر الكافي من الأستروجين.

ومن الأعراض الشائعة الصداع.. وقد يرتبط ذلك بالسخونة والعرق.. وكذلك التعب والإجهاد. وهذا يكون أسوأ إذا كان النوم متقطعاً مع كثرة الاستيقاظ ليلاً بسبب السخونة والعرق.

وضعف الذاكرة من الأشياء التي تسبب إزعاجاً للمرأة وخاصة أن هذا يعزز لديها الشعور بتقدم العمر، وقد يكون ملحوظاً بشكل يسبب إحراجاً.. والذاكرة تضمحل لدينا جميعاً مع تقدم العمر، إلا أن ذلك يكون واضحاً في فترة اليأس، ويصاحب ذلك ضعف القدرة على التركيز.

وفقدان الرغبة الجنسية من الأعراض التي قد تشكو منها المرأة ولا تدري لها سبباً.. وغير مفهوم بيولوجياً ارتباط ذلك بسن اليأس.

وثمة عوامل كثيرة تشكل في النهاية الرغبة الجنسية عند المرأة واستثارتها.. قد تنخفض رغبتها الجنسية بسبب الاكتئاب الذي قد يداهمها في هذه المرحلة. وقد يكون ذلك مرتبطاً بانخفاض الروح المعنوية.. وقد تفقد رغبتها لشدة الآلام التي

تشعر بها أثناء الجماع بسبب جفاف المهبل، أو لوجود التهابات بسبب نقص الاستروجين.

والانتفاخ وسوء الهضم من الأعراض المعروفة منذ مئات السنين وارتباطها بتقدم العمر. وخاصة في سن اليأس.

الإحساس بالانتفاخ وثقل الجسم بسبب احتفاظ الجسم بكميات كبيرة من المياه، وكذلك امتلاء الأمعاء بالغازات.

وقد تظهر أعراض غريبة أخرى مثل تنميل الجلد وكأن آلافاً من النمل تتحرك فوق الجلد.. كما تظهر آلام متفرقة وغريبة في أجزاء مختلفة من الجسم من الصعب أن نجد تفسيراً عضوياً لها وتساهم في مزيد من القلق.

والإحساس العام الذي يسيطر على المرأة أن قدرتها الجسدية بدأت تضمحل بسبب تقدم العمر، وهذا يسبب لها تعاسة أكثر.. تشعر أنها فقدت حيويتها ونشاطها وسابق قدراتها.

هنا تلعب الحالة النفسية التعسة دوراً حاسماً في مضاعفة متاعبها الجسدية وتظل محبوسة في هذه الحلقة المفرغة أو في دائرة الوهم.

ومن الصعب أن نحدد هنا البداية.. هل القلق والاكتئاب هما اللذان يؤديان بها إلى التوهم المرضي؟ أم أن البداية كانت الأعراض الجسدية الفعلية التي أثارت فزعها وقلقها وحرّكت وساوسها ومخاوفها المرضية؟

ومن الملاحظات الجديرة بالتسجيل أن السيدات اللاتي كن في بداية حياتهن يعانين من المخاوف المرضية تتضاعف لديهن هذه الحالة أو تعاود الظهور بشكل

كبير مع اقتراب سن الياس.. عموماً، فإن المراة في هذه المرحلة تصبح حساسة بدرجة كبيرة لأي تقلبات صحية تطرأ عليها.

الأعراض النفسية

كلّما تقدم بالإنسان العمر.. ازدادت إمكانية انزلاقه في جحيم الاكتئاب.. ليس بالضرورة الاكتئاب المرضي ولكن الميل إلى الحزن والشعور بالتعاسة وانطفاء الحماس.. ويختلف ذلك من إنسان إلى آخر حسب الاستعداد والتكوين والوراثة.

إن الذي تعرض للاكتئاب في شبابه يتعرض بنسبة أعلى لنذات الاكتئاب حين يتقدم به العمر، وكذلك إذا كان ذا طبيعة اكتئابية أي شخصية تميل إلى الاكتئاب تزيد هذه الاحتمالات مع المرأة أكثر من الرجل.. وتزيد أكثر وأكثر في سن اليأس.

والمرأة عموما في جميع مراحل عمرها قد تلاحظ العلاقة بين الدورة الهرمونية والتقلب المزاجي، وهذا يؤكد مدى تأثير التقلب الهرموني على الحالة المزاجية.

وسنتحدث فيما يلي بإسهاب عن المعاناة النفسية التي قد تصيب بعض النساء في الأيام القليلة التي تسبق الطمث حين تهبط الهرمونات إلى أدنى حد.. المعاناة النفسية نفسها قد تحدث مع بعض أنواع حبوب منع الحمل.

* مع بداية سن اليأس يسيطر المزاج السوداوي على المرأة.. تصبح أكثر حزناً وأكثر تأثراً.. أي أكثر حساسية لأحداث الحياة حتى وإن كانت بسيطة.. ولا يتناسب حجم ما تشعر به من حزن وتنتابها لحظات يأس تشعر فيها بالأمل،

وتنطفئ بهجة الحياة وزهوها، وتعزف عن كل ما كان يثير سرورها ويحرك نشوتها.

كذلك تميل إلى العزلة وتؤثر الوحدة وتنطوي على نفسها.. تتحسن أحياناً حتى تبرأ من هذه المشاعر لتعاودها مرة اخرى وذلك بشكل دوري يكون ملحوظاً لديها وللمحيطين بها.

ويمكن للمراة متابعة ذلك وتسجيله لتعرف في أي فترة من الشهر تصاب بهذه الحالة.. وعادة ما تتشابك الأعراض وتاتي مجتمعة فتصاب بهبوط المعنويات مع الإحساس بالإعياء والتعب السريع والصداع والسخونة والعرق والآلام الجسدية واضطراب النوم.. وحين تجتمع كل هذه الأعراض تفقد المراة رغبتها في كل شيء.

وعلى وجه الدقة، فالسبب البيولوجي الذي يؤدي إلى هذه المشاعر التعسة غير معروف.. والبعض يؤكد انه لا توجد أسباب بيولوجية وإنما هو الشعور المضني المؤلم بتقدم العمر وتوديع الشباب.

وهنا أسجل مشاعر مختلفة عبرت عنها مجموعة من السيدات حين سالتهن سؤالاً محدداً.. ماذا شعرت حين ادركت أنك وصلت إلى سن الياس؟

هذه كانت الإجابات:

* لقد شعرت بان مرحلة عظيمة وهامة ستبدأ في حياتي.. لقد كنت اتطلع إلى هذه المرحلة منذ كنت صغيرة.

* احسست بمزيد من السعادة والاهتمام.. الحمد لله لقد انتهيت من مرحلة

الحمل والولادة.

* أحسست أنني انتهيت من الدورة ومشكلاتها.. وكم كانت تؤلمني وتسبب إزعاجاً في حياتي.

* شعرت أنني لا أريد أن أبدأ يومي.. حين أستيقظ كنت أشد الملاءة على وجهي حتى لا أرى نور النهار، كنت لا أريد أن أغادر سريري.

* أشعر بحالات من الاضطراب يعقبها فترات من الارتياح.

* أحسست أنني عديمة القيمة.. أنني فقدت أهميتي في الحياة.

* مشاعر مختلطة.. توقفت دورتي وأنا في الرابعة والأربعين في الوقت نفسه الذي بدأت فيه دورة ابنتي ذات الأربعة عشر عاماً.

* أحسست بالعجز وعدم القدرة على اتخاذ قرار.

* ازدادت لدي مشاعر الغيرة والشك.

* أصبحت عصبية إلى أقصى حد مع شعور بالعداء لكلّ الناس.

* ازدادت حساسيتي بشكل غير عادي.. أبسط كلمة تؤثر فيّ.. دموعي تنهمر أكثر من مرة كل يوم وتسبب لي حرجاً شديداً.

* أشعر أنني هبطت إلى القاع.

* تملأني مشاعر الغيرة من كل فتاة في سن الشباب.

* أصبحت أنسى كل شيء وأجد صعوبة شديدة في التركيز.

* المرأة هنا ضحية التقدم في العمر.. والمجتمع هنا هو هذا السبب.. انظر إلى أي فيلم أو مجلة أو إعلان.. استمع إلى أي أغنية.. إن الدنيا كلّها متحيزة للفتاة

الصغيرة.. الجمال مرتبط بالشباب.. الحيوية مرتبطة بالشباب.. الابتسامة مرتبطة بالشباب.. الجنس مرتبط بالشباب.. الطموح والآمال والحماس مرتبط بالشباب.. لا مكان للمرأة متوسطة العمر.

وما تتعلمه الفتاة الصغيرة هو كيفية استعمال المساحيق وكيفية اختيار الملابس التي تزيد من قدرتها على اكتساب اهتمام الجنس الآخر.. أي لكي تبدو اكثر جاذبية.. كيف تنافس مثيلاتها في هذا الشان.. ثم كيف تجذب اهتمام رجل ليتزوجها.

إنه التاكيد على الجانب الشكلي للمراة ومدى اهتمام الرجل بهذا الجانب.. ولهذا، فالمرأة لا تشعر باهميتها إلا من خلال جانب واحد فقط وهو الجانب الشكلي.. ومع تراجع جاذبية الشكل مع تقدم العمر تقلق المرأة وتفقد ثقتها بنفسها وتهتز الأرض من تحت قدميها.

ولذا تظل الأشياء المرتبطة بالشباب على جانب كبير من الأهمية كالدورة الشهرية والقدرة على الإنجاب.. إذن، القيمة الحقيقية للمرأة مرتبطة بصغر السن.. فإذا انقطعت الدورة وفقدت قدرتها على الإنجاب اضطربت صورتها عن نفسها واختل توازنها النفسي وازدادت حساسيتها وهبطت معنوياتها وذلك مقدمة لإصابتها بالاكتئاب الفعلي.. وترتفع معدلات إصابتها بالاكتئاب إلى ثمانية أضعاف الرجل.

* الضربة القاضية رغم أنها الضربة الأولى تكون في الخلل الذي يصيب الدورة الشهرية والذي ينتهي بتوقفها.. إن الدورة تستمر مع المرأة ثلاثين او خمسة وثلاثين عاماً من عمرها حتى تصل إلى سن اليأس.

إنها تشكل جزءاً من روتين حياتها.. تشكل بعداً هاماً في حياتها.. تمثل رمزاً للشباب.. ورغم ما يصاحب الدورة من متاعب وصعوبات وأحياناً معوقات ورغم ضجر المرأة إلا أنها ترتبط بها شعورياً ولا شعورياً.. إنها تعني الشباب وتعني القدرة على الإنجاب.. أي أنها أنثى مكتملة.. ولذا، فإن الدورة يصاحبها إحساس بالفقد.. مثل فقد إنسان عزيز عن طريق الموت.. ولذا تشعر بالأسى.. إنه شعور يسبب كثيراً من الإيذاء المعنوي.. طعنة دون دماء.. طعنة سببتها فقد القدرة على إصدار دماء.

* وأيضاً شاخت الشجرة وأصبحت غير قادرة على الإثمار.. وبالرغم من أن المرأة قد تتوقف في مرحلة مبكرة من العمر عن الإنجاب، إلا أنها ترتعب لفكرة أنها عاجزة عن الإنجاب بسبب سن اليأس، في الحالة الأولى كانت تشعر أنها تستطيع أن تنجب إذا أرادت.. أما بعد ذلك، فإنها فقدت هذه القدرة إذ لا تستطيع أن تنجب إذا أرادت.

إن دور المرأة الصغيرة يتمركز في ثلاثة محاور أن تكون زوجة، وأماً وربة بيت.. مع تقدم العمر تفقد محاور الارتكاز تدريجياً..

* يقل احتياج الأبناء لها حتى ينفصلوا نهائياً عنها بالزواج ويصبح دورها في حياتهم هامشياً، أو يكاد يكون معدوماً.. وذلك احد التغيرات الهامة التي تحدث في هذه السن وتسبب مزيداً من التعاسة للمرأة.. وقد يدفعها ذلك لأن تتدخل في حياة ابنائها أكثر ، وخاصة إذا كانت تملك وسائل للسيطرة على حياتهم.. وتتارجح علاقتها بهم بين العدوانية والضغط وبين استمالتهم ورشوتهم.

إن الرجل لا ينزعج كثيراً بابتعاد ابنائه وبناته عنه.. ولكن المرأة تنزعج إلى حد كبير لأنها كانت تعتمد عليهم كاحد مصادر قوتها، وكاحد مصادر

إحساسها بأهميتها في الحياة.. وعلاقتها بزوجها تلعب دوراً في نوعية علاقتها بابنائها في هذه المرحلة.. فإذا كانت غير موفقة في حياتها الزوجية ولا تلقى الاهتمام من زوجها، فإن تشبثها بابنائها وبناتها يكون أكثر ولذا، تحاول باستماتة أن تستمر سيطرتها بشتى الوسائل السلمية وغير السلمية ممّا يخلق كثيراً من المشكلات بينها وبينهم.

وهنا ياتي دور الزوج المحب الحكيم ليسيطر على هذا الموقف ويدرك احتياجات زوجته النفسية وليعوضها عن ابتعاد أبنائها عنها ويشعرها بأهميتها في حياته كزوجة وكربة بيت.. اي يحاول ان يحافظ لها على أكثر من محور ارتكاز في حياتها.

* والاكتئاب قد يصيب المراة بصورة مرضية في سن اليأس.. ويطلق عليه اكتئاب سن اليأس.. واعراضه تزحف تدريجياً.. وهكذا الاكتئاب المرضي يغرق الإنسان في دوامته دون أن يشعر، وحين يفقد القدرة على أن ينقذ نفسه.. تنتابه حالات حزن ويأس وإحباط وفقدان الشهية للطعام.. وفقدان الوزن وأرق وتوتر ثم الرغبة في الخلاص من الحياة.. وهو اكتئاب يحتاج إلى مساعدة طبية حاسمة.. يحتاج إلى يد قوية تنتشل المرأة من هذه الهوة السحيقة.. يحتاج إلى تضافر قوى طبية وإنسانية تحت رعاية المظلة الإلهية.

× والاكتئاب درجات.. فهناك نساء يعانين من الاكتئاب دون أن يدركن ذلك ودون أن يدرك من حولهن ان بهن مرضاً.. ولكنهن يمضين في الحياة مثقلات باحزان مبهمة ومشاعر يأس غير مفهومة وضياع داخلي غير محدّد.. تصبح

كالحيّ الميّت حيث الجسد يتحرك ولكن المشاعر ميته.

والزوج والأبناء هم أقرب الناس وعليهم واجب الإحساس بالزوجة الأم ومراعاة طبيعة المرحلة الحرجة التي تعبر بها.. ومن هنا تأتي ضرورة المعرفة والفهم.. إنها ليست ثقافة ترفيهية ولكنها ثقافة إنسانية واجبة من أجل من ارتبطت حياتنا بهن.. الزوجة الأم.

ولأن الشك يزيد في هذه المرحلة، فإن المرأة تفقد ثقتها بمن حولها وقد تتصرّف بعدوانية تتسبب في إبعادهم عنها.. وذلك يخلق صعوبات في الاقتراب.. أنانية المرأة قد تزيد ومشاعرها تجاه الآخرين قد تخفت ويستتبع ذلك تغيرات سلوكية من شأنها أن تزيد الهوة بينها وبين الآخرين، مما يجعلها معزولة أكثر.

ولذلك فإن ردة فعل المحيطين بها يجب الا يتسم بعدوانية مماثلة، بل الأمر يحتاج إلى الصبر والحكمة وضبط النفس.. ولا أحد يقدر على ذلك إلا إذا كان محباً وفاهماً، وبذلك يصبح متفهماً لطبيعة المرحلة الحرجة التي تمر بها المرأة.

والعلاج الهورموني ليست له أي فعالية أو تاثير على الحالة النفسية للمرأة.. ولكنها تحتاج لمضادات الاكتئاب ومضادات القلق والمساندة النفسية، وكذلك المساندة العاطفية الإنسانية من الأسرة.

إلى متى تستمر هذه الحالة؟

كما اوضحنا من قبل إنّها مرحلة من مراحل العمر تمر بها كل امرأة.. وفي ٩٠٪ من الحالات توجد أعراض.. أي معاناة.. ولكنها حتماً ستنتهي يوماً ما.. قد يأخذ

الأمر شهوراً وقد يستمر لعدة سنوات. وبعدها تعود الحياة لإشراقها.. إلى طبيعتها.. يتوازن كل شيء في حياة المرأة.. الإحساس بالحياة، النوم، الأكل، العلاقة الجنسية، بل إنّ بعض النساء يؤكدن أن نوعية الحياة ارتفعت إلى الأفضل.. أي أصبحت أكثر سعادة وأكثر استمتاعاً وأكثر استقراراً.. بعض النساء يصفن الخروج من سن اليأس وكأنه إعادة ميلاد.. أي حياة جديدة وجميلة.

الحياة الجنسية للمرأة في سن اليأس

العلاقة بين الحياة الجنسية للمرأة وسن اليأس علاقة ليست واضحة المعالم في أذهان كثير من الناس، ولعل السبب في ذلك يرجع إلى تشابك عوامل عدة تؤثر، منفردة أو مجتمعة، على المشاعر الجنسية للمرأة وحيث يكون من الصعب تحديد أي العوامل كان مؤثراً على هذه المشاعر.

* فبالرغم من أن السمة الغالبة أو العرض الشائع هو فقدان المرأة لرغبتها الجنسية في هذه المرحلة من العمر، إلا أن بعض النساء يقررن أنه لم يطرأ أي تغيير على مشاعرهن الجنسية، وبالتالي لم يطرأ أي تغيير على سلوكهن الجنسي وعلاقتهن بأزواجهن إن كن متزوجات.

والمثير للدهشة أن بعض النساء يقررن أن أحاسيسهن الجنسية قد تحسنت بدرجة كبيرة بعد أن وصلن إلى هذه السن، وأنهن طوال حياتهن السابقة لم يشعرن بالمتعة الجنسية مثل ما يشعرن بها حالياً بعد أن تعدّين الخامسة والأربعين.

ولكن البعض الآخر - وهن الغالبية - يقررن بمرارة أن تغييراً قد طرأ على

حياتهن الجنسية.. وبمعنى أدق أنهن فقدن الرغبة والميل وماتت لديهن المشاعر التي أصبح من الصعب، بل من المستحيل، أن تتحرك.

ودائماً تجد المرأة سبباً مباشراً وجاهزاً لهذا التغير الذي طرأ عليها.. إنها لا تريد أن ترجعه لأسباب بيولوجية مرتبطة بسن اليأس.. إنّها ترفض تماماً هذا التفسير.. وترجع هذا التغيير إلى اضطراب علاقتها بزوجها إما أنها أصبحت لا تحبه، وإما لأنه أصبح غير مثير لها بالدرجة الكافية.

وقد ترجع فتورها الجنسي إلى الاضطرابات الجسدية التي تعاني منها كالصداع والحرارة والإجهاد واضطراب نومها ومعدتها.. أي الإحساس بعدم الاطمئنان إلى سلامتها الجنسية.

ولعل أرجح الاحتمالات هو حالة هبوط المعنويات التي تعاني منها في هذه المرحلة والتي قد تنخفض إلى حد الإصابة الفعلية بالاكتئاب.. وفي حالة الاكتئاب تموت المشاعر الجنسية تماماً بل إن من أولى علامات الإكتئاب انطفاء وهج الرغبة الجنسية والتي تشتعل مرة ثانية بعد زوال الاكتئاب وعودة الإحساس بكل شيء.. تفقد حواسها القدرة على الاتصال والتواصل.

ولكن المفاهيم الخاطئة تلعب دورها أيضاً في تثبيت مشاعر المرأة الجنسية في سن اليأس.. فالمفهوم الخاطئ هو الذي يربط بين الجنس والشباب.. وأنه كلما تقدم العمر بالإنسان تراجع كموضوع جنسي جذاب للجنس الآخر.. أي كلما تقدم العمر بالإنسان.. فقد جاذبيته الجنسية، وبالتالي فإن المشاعر الجنسية تموت تدريجياً حيث لا أحد يشعر به أو ينجذب ناحيته، مما يؤدي إلى أن يفقد رغبته في

الآخرين من الجنس الآخر.

إن المرأة ترتعب لقلّة اهتمام الرجل.. إذ إنّ ذلك يعني فقدانها للجاذبية الجنسية.. وذلك تصور خاطئ حين نربط الجاذبية الجنسية بالسن وبالشكل الخارجي.

إن الإنسان كائن جنسي منذ البلوغ وحتى الممات، قادر في كل مراحل العمر على التأثير والتأثر، وقادر على الاستمتاع بالعلاقة الجنسية في كل مراحل العمر.. قد تتأثر نسبياً في سن اليأس، ولكن بكل تأكيدتتحسن تحسناً ملحوظاً بعد أن تعبر المرأة وتتخلص من متاعبها.

المرأة إذا لم تشعر أنها أهل للعلاقة الجنسية، فإنّها لن تستمتع بها وستفقد رغبتها تدريجياً. المرأة إذا لم تشعر أنها في حالة طيبة جسدياً ومعنوياً، فإنها لن تستمتع جنسياً وستفقد رغبتها تدريجياً.. إذا لم تشعر المرأة بالجاذبية تنبعث من داخلها، فإنها ستفقد الثقة بنفسها وبالتالي ستفقد رغبتها الجنسية وستفقد قدرتها على إقامة علاقة صحيحة مع زوجها.

إن الجنس عملية عقلية في البداية.. إحساس.. الجنس ليس لمساً واتصالاً بدنياً.. إنه احتياج نفسي مرتبط بالمشاعر.. إنه علاقة تحقق إشباعاً لجوانب متعددة أهمها هو الإحساس باهتمام الآخر إلى أقصى درجة.

إن درجة الاقتراب الجسدي التي تحققها العلاقة الجنسية تتسبب في إشباع نفسي في الدرجة الأولى قبل الإشباع الجسدي. إنه يحقق إحساساً بالقبول على كل المستويات الفكرية والوجدانية والجسدية.. لذا، فهي علاقة متعددة الجوانب، ومن الظلم أن نقصرهاعلى جانب واحد وهو الجانب المادي أي الجسدي الشكلي.

والمرأة في هذه السن نظراً لحساسيتها وافتقادها للثقة وازدياد شكها وغيرتها قد تساورها مشاعر القلق تجاه سلوك زوجها، فتعتقد أنه فقد رغبته فيها، وأنه قد يهتم بامرأة أخرى أصغر منها سناً.. تصبح حساسة لأي كلمة ولأقل إهمال غير متعمد.. وقد تتفاقم الأمور إلى حد الغيرة المرضية أي الاعتقاد الراسخ أن زوجها على علاقة بامرأة أخرى.

وقد تطرأ على المرأة تغيرات سلوكية فتبالغ في زينتها وملابسها التي تصبح غير ملائمة وتوسع من شبكة علاقتها الاجتماعية، وتسعد بشكل طفولي لأي إطراء لجمالها ومظهرها وقد تسعى للحصول على هذا الإطراء لجمالها ومظهرها وقد تسعى للحصول على هذا الإطراء بشكل سافر.

هنا تبدو المرأة مهتزة وتصبح مثاراً للسخرية والشفقة ولا تدري ما يدور حولها، وكل ما يسعدها هو أن يشعرها الآخرون بأنها ما زالت صغيرة وجذابة.. وقد يكون لديها بعض الوعي والذكاء ولكنها تميل إلى تصديق ما تسمع وما ترى.. وفي بعض الأحيان تكون نصف مصدقة ولكنها لا تمنع نفسها من السعادة الوهمية.

إن مساندة الزوج هنا تكون في غاية الأهمية ليحمي زوجته و أسرته من كثير من المشكلات التي قد تؤدي إلى مخاطر حقيقية.. وكل ما تحتاجه الزوجة في هذه المرحلة هو الإهتمام الحقيقي الصادق النابع من القلب.

إن على الزوج أن يظهر هذا الاهتمام وهذه المشاعر الصادقة لا أن يحتفظ بها في قلبه.. إن المرأة تحتاج إلى أن تسمع وأن ترى وأن تحس.. أشياء عملية ومادية مجسدة تشعرها بمكانتها لدى زوجها.. مكانتها كزوجة.. كأنثى.. كامرأة جذابة

ومرغوبة ومحبوبة.. إن الإهمال تكون له أخطاره الجسيمة على الصحة النفسية للمرأة وعلى سلوكها.

والأمر يأخذ صورة فاقعة إذا كانت المرأة ذات طبيعة هستيرية، أي تميل إلى المبالغة في المظهر لتكون محور الاهتمام، ويرضيها دائماً اهتمام الجنس الآخر وتمارس تأثيرها عليهم كأنثى.

مثل هذه المرأة تعاني بشدة حين تصل إلى سن اليأس وتبالغ في مظهرها ويشتد احتياجها إلى اهتمام الرجال بها، ولا تكف عن اختبار مدى تأثيرها عليهم وتظل لآخر لحظة من حياتها مصدقة لكل ما يقال لها من كلمات إعجاب، وتنفر من أي أشخاص أو من أي مكان لا تلقى فيه الإعجاب والترحيب.

× × ×

يتضح ممّا سبق أن مشكلة اليأس ليست بيولوجية فقط ولكن لها أبعادها النفسية والاجتماعية.. وهي لا تمثل مرضاً محدداً ولكنها مرحلة في عمر المرأة تحدث فيها تغيرات بيولوجية وذلك بتوقف المبيضين عن العمل، وتبعاً لذلك تتوقف الدورة الشهرية وتفقد المرأة قدرتها على الإنجاب.. يصاحب ذلك أعراض جسدية وأخرى نفسية تسبب قدراً من المعاناة للمرأة.

× × ×

وقد تتجاهل المرأة مرورها بهذه المرحلة عن عمد أو قد لا تتوافر لها المعلومات الكافية والصحيحة عن طبيعة هذه المرحلة وبذلك تزداد الحيرة والمعاناة.. ويزيد الأمور سوءاً عدم تفهم المحيطين بها (خاصة الزوج والأبناء).

وكما انه من الضروري أن نعرف كل شيء عن طبيعة مرحلة المراهقة حتى نستطيع أن نتعامل مع ابنائنا بطريقة صحيحة، فإننا يجب أن نعرف أيضاً كل شيء عن طبيعة التغيرات التي تحدث في سن الياس حتى نعرف كيف نتعامل مع المرأة في هذه المرحلة بغرض تخفيف معاناتها وحمايتها من المضاعفات.. وذلك لأن العقاقير تلعب دوراً محدوداً واشهر العلاجات بالهرمونات.

وفي وقت من الأوقات، كان يعتقد ان الأستروجين يخفف من حدة الأعراض بل يشفيها تماماً.. وحديثاً يستعمل الأستروجين مع البروجيسترون.. وهو علاج تعويضي بمعنى انه يعوّض المرأة عن الانخفاض الحاد الذي حدث في إفراز هذين الهرمونين بسبب توقف المبيضين عن العمل.. وأحياناً لا غنى عن مضادات الاكتئاب ومضادات القلق والعلاج النفسي المكثف إذا كانت المرأة تعاني من شدة الإكتئاب والقلق.

ولكن، كما أوضحنا، فإن الأهم هو المساندة النفسية من الأسرة: التفهم والتعاطف.. وذلك لا يحقق إلا من خلال الحب المدعم بالوعي.

متاعب الحمل والولادة

* في الفصل السابق تحدثت عن محنة تقدم العمر بالنسبة للمرأة.. عن أحزان الخريف.. عن تساقط الأوراق وجفاف العروق وتوقع الشتاء بظلمته المبكرة وبرودته القارصة وحيث الوحدة المضنية.

* وفي هذا الفصل سأتحدث عن أحزان أخرى. إنها أحزان الميلاد.. الأحزان المرتبطة ببزوغ نبتة جديدة يافعة تحمل الأمل وتعني الاستمرار وتؤكد ديمومة الحياة.. ويا له من تناقض حيث كان يجب أن يمتلئ القلب فرحاً وترقص النفس حماساً وتبتهج الروح أملاً ويطمئن الخاطر استقراراً.. فمن أين أتت هذه الأحزان..؟

* العلم عاجز حتى هذه اللحظة عن أن يقدم تفسيراً للاضطرابات النفسية والعقلية التي تحدث أثناء الحمل أو تعقب الولادة.

والاهتمام بالأمراض النفسية والعقلية التي تحدث أثناء الحمل وبعد الولادة يرجع إلى القرن الخامس قبل الميلاد. إذن هي آلام معروفة ومشهورة منذ القديم.. آلام عانى منها الكثير من الأمهات.. وربما يرجع تاريخها إلى الأم الأولى على الأرض.. لعلها عانت دون أن يدري بها أحد.. أي لم يدر بها الرجل الوحيد الذي كان موجوداً بجانبها وقتئذ.. مثلما يعاني الكثير من النساء اليوم بالرغم من وجود الكثيرين حولهن.

وصف أبو قراط هذه الحالات وأرجعها لأسباب عضوية.. تصور أن اللبن غيّر مساره من الثدي إلى المخ.

وفي العصور الوسطى تصوروا الشياطين والأرواح الشريرة وراء كل فساد وكل آلام الأرض والبشر.. وتصوروا أن هذه الأرواح الشريرة وراء قتل الأطفال بعد إيذاء

عقل الأم وروحها.

وفي القرن التاسع عشر جاء أول وصف علمي دقيق لآلام واضطرابات الميلاد على يد اثنين من أشهر الأطباء الفرنسيين هما مارسي وأسكيرول.

يرجع الفضل لهذين الرجلين في وصف آلام النساء اللاتي يحملن ويلدن.. وصفا حالات عقلية واضطرابات نفسية تحدث غالباً في اليوم الخامس بعد الولادة وتتميز أساساً بتشويش الوعي واضطراب الوجدان.

* ثم جاء رجال آخرون اهتموا بمتاعب الحمل والولادة.

* لِمَ تتألم النفس ولِمَ يضطرب العقل بعد أحداث سعيدة في حياة المرأة.

بعد أحداث طبيعية قدرها الله لتعمر في الأرض؟

الحمل والولادة لا يمثلان خللاً مرضياً وإنما هما تغيرات فسيولوجية يتخلف اثناءها إنسان يخرج إلى الوجود.. فلِمَ الألم والمعاناة؟

المعاناة ليست بالضرورة أن تكون نتيجة المرض..

المعاناة ليست ضرورة واحتياج.. هناك معاناة في التطور وفي الإبداع.. هناك معاناة في المفاجأة والاندهاش والفرح.. معاناة الاكتشاف والفهم والوصول للمعنى والعثور على الحقيقة.. معاناة الحزن والقلق والتوقع والترقب والانتظار.

* المعاناة قدر الإنسان..

* ومعاناة الحمل والولادة ليست بيولوجية محضة..

هناك عوامل نفسية واجتماعية.. إذن نحن أمام معاناة ذات أبعاد ثلاثة:

بيولوجية - نفسية - اجتماعية.. - Psycho-Socio-Biological

* والأبعاد النفسية ترتبط دائماً بعلاقة السيدة الحامل بزوجها وأمها.. والمعاني هنا سخية وثرية. فالحمل جاء من زوج تحبه أو تكرهه.. والميلاد يجعلها أماً.. ويوماً مضى كانت هي ابنة الأم.. إنها علاقة ممتدة: أم - ابنة - ابنة الابنة.. تتوحد مع الأم.. ثم تأتي الابنة لتصبح أماً فتتوحد مع ابنتها.. وتنعكس ظلال علاقتها بأمها على علاقتها بابنتها.. فإذا كانت علاقتها بأمها مضطربة يشملها العداء الخفي أو الظاهر.. فإن علاقتها بطفلها الرضيع ستكون مضطربة أيضاً.

إن الأم التي حُرمت في طفولتها من الحنان والرعاية ستكون في صراع في علاقتها بطفلها الرضيع الذي يتطلب منها الحماية والرعاية والحنان.. وبعض الدراسات العلمية أظهرت ارتفاع نسبة حدوث الاضطرابات العقلية والنفسية أثناء الحمل وبعد الولادة لدى هؤلاء الأمهات اللاتي عانين في طفولتهن من سوء العلاقة مع الأم.

- وتلك الأم التي عانت في طفولتها من اضطرابات تتعلق بهويتها الأنثوية تعاني بنسبة أعلى أثناء الحمل وبعد الولادة.

- وكذلك إذا فقدت أمها في طفولتها عن طريق الموت، فإنها ستعاني أثناء حملها أو بعد ولادتها.

- والزوج هو أبو الطفل الوليد، وهو المسؤول المتسبّب في الحمل وشريك الأم فيه.. وتلعب علاقته بالأم دوراً هاماً في تشكيل حالتها النفسية أثناء الحمل وبعد الولادة.. فالطفل الذي يرقد بين أحشائها هو زوجها أو بعض زوجها.. والطفل الذي ولدته هو امتداد لزوجها.. ومشاعرها تجاه زوجها هي بعض مشاعرها تجاه نفسها وتجاه طفلها.

إذن هناك رباعي نفسي قد يكون مؤثراً على الأم أثناء الحمل وبعد الولادة، هو:

الأم - الزوج - الابنة - الطفل..

× × ×

ومن الممتع أن نستعرض بعض الطقوس الاجتماعية المتعلقة بالسيدة التي تلد.. وهي طقوس ذات معنى.. وهذا المعنى يترسب في اللاشعور عند المرأة وعند الرجل ويخلق للمرأة تصوراً عن ذاتها منذ طفولتها.

ففي جامايكا تعزل الأم عزلاً تاماً لمدة تسع ليال بعد الولادة لا ترى فيها أحداً ولا يراها أحد.. تترك وحيدة ويقدم لها الطعام من بعيد، تماماً مثلما يفعلون مع السيدة التي يموت زوجها.. وتخفف حدة العزل بعد ذلك لمدة ١٣ يوماً ترى فيها طفلها وتقدم لها أمها المساعدة.

وفي بعض قبائل الهند تعتبر السيدة التي تلد غير طاهرة وتعزل لمدة ٤٠ يوماً.. ومحظور عليها مغادرة البيت هي أو وليدها طوال هذه الفترة.. ومحظور عليها أن تقوم بأداء الأعمال المنزلية خاصة طهو الطعام وتقوم أمها أو ابنتها الكبرى بهذه المهمة.

وفي الصين تحظى الأم بعناية فائقة بعد الولادة وتحاط بالرعاية الأسرية وكذلك المساندة الاجتماعية من الدولة.

وفي المغرب تحظى الأم برعاية طبية فائقة بعد الولادة وتقوم الزائرة الصحية وطبيب الحي بزيارتها أسبوعياً لمدة ستة أسابيع.

اضطرابات الحمل

من الناحية الفسيولوجية لا شك أن الحمل يشكل إجهاداً للمرأة.. تحدث تغيرات في الشكل والوزن والقدرة على الحركة والقدرة على العمل والتركيز.. وأيضاً تحدث تغيرات مزاجية قد تكون حادة ومقلقة لها وللمحيطين بها.

وهناك سيدات يتغيرن تماماً أثناء الحمل وتتبدل شخصياتهن وطريقة التفكير والمشاعر والسلوك.. وقد تمرض المرأة الحامل فعلاً.. بيّنت أبحاث أن هناك حوامل يعانين نفسياً أثناء فترة الحمل.. وأبحاث أخرى تبين أن النسبة أقل من ذلك وتصل إلى ٥٪.. أي من بين كل ١٠٠ سيدة حامل خمس فقط يعانين نفسياً..

قد تحدث تغيرات طفيفة في الشخصية كأن تصبح عصبية مندفعة ويضطرب نومها ويقل تركيزها، أو قد تصبح هادئة أكثر من المعتاد ميّالة إلى العزلة عازفة عن الاهتمامات المعتادة متبلدة تجاه المشكلات اليومية، وأكثر ميلاً إلى الحزن وسرعة التأثر أو سرعة الاستجابة الحزينة للأحداث البسيطة.

وقد تصاب بالاكتئاب المرضي بكل أعراضه من يأس وحزن وتأنيب ضمير ورغبة بالتخلص من الحياة.. وقد تصر على الخلاص من جنينها، فهي ترى أن الحياة متعبة ومضنية ولا تريد أن تأتي بطفل يواصل رحلة العذاب.

وقد تنتابها حالة قلق نفسي حاد بكل ما فيها من مخاوف وعدم استقرار وأرق واضطرابات الهضم وسرعة ضربات القلب.. أو قد تنتابها الوساوس.

وأخطر هذه الوسائل أن تسيطر عليها فكرة أنها ستلد طفلاً مشوهاً أو أنها إذا ولدت في مستشفى، فإن طفلها سيختلط مع الأطفال الآخرين وبالتالي، فإنها لن

تستطيع التعرف على طفلها الحقيقي.

وإذا كانت قد عانت قبل زواجها من مرض نفسي أو عقلي، فإن هناك احتمالاً أن تعاودها الحالة مرة أخرى بسبب الحمل.

* والاضطرابات النفسية والعقلية التي تحدث أثناء الحمل هي اضطرابات مؤقتة يمكن السيطرة عليها بالعلاج ولا تترك آثاراً دائمة.. وبعض الحالات لا تتحسن إلا في الشهور الأخيرة من الحمل أو بعد الولادة. وقد تعاود الحالة الظهور وبصورة أشد بعد الولادة.

ومن النادر أن نلجأ إلى إنهاء الحمل إذ إنه باستطاعتنا أن نعطي أي عقاقير بعد الشهر الثالث من الحمل دون أي خوف على سلامة الجنين.. بل إننا بفضل الأساليب الحديثة في التخدير نستطيع أن نعطي الجلسات الكهربائية التي تساعد على شفاء معظم الحالات دون خوف على صحة الأم أو الجنين.

* ونظراً لأن السيدة الحامل تكون في ظروف حرجة وصعبة بسبب إجهاد الحمل وبسبب المرض النفسي، فإن الطبيب يجب أن يكون حاسماً وواضحاً ويناقش الأمر مع الزوج وأهل المريضة، وأن يسرع بالعلاج الفعال تفادياً لمزيد من المعاناة.

بعد الولادة

كما قلت من قبل، يحار العقل كيف أن امراً طبيعياً ومرغوباً ومحبوباً إلى النفس البشرية وخاصة المرأة يعقبه مرض أو يحدث بسببه مرض .. والصلة مباشرة.. فالمرض يبدأ في الأيام الأولى بعد الولادة.

أهكذا تكافأ المرأة التي عانت الحمل شهوراً تسعة وعانت آلام الوضع ثم هيأت نفسها للجهاد الأعظم فإذا بالمرض يداهمها.. وأي مرض!! إنه مرض يكسر النفس ويذهب بالعقل.. ويحتار مَنْ حولها من دموعها او مِنْ ثورتها وتشوّش عقلها.. كيف تضطرب من ينبغي أن تفرح وتسعد!! وهل اضطرابها مرض عضوي بسبب الولادة أم مرض نفسي عقلي.

حتى الطبيب الذي أشرف على ولادتها، والطبيب الذي يرعى وليدها قد لا يدركان أن بالأم اضطراباً يستلزم المساعدة الطبية النفسية.

* لِمَ تصاب المرأة بالاضطرابات العقلية والنفسية بعد الولادة..؟

* هناك عدة احتمالات:

١ - الولادة إجهاد جسدي شديد يصاحبه تغيرات بيولوجية حاسمة هورمونية قد تؤثر على التوازن الانفعالي العقلي.

٢ - إن هؤلاء الأمهات اللاتي يصبن بهذه الاضطرابات بعد الولادة لديهن مشكلات نفسية متعلقة بالجنس والعلاقة بالأم والولادة.

٣ - تكون المرأة بعد الولادة هشة من الناحية الصحية عضوياً ونفسياً، فإذا تعرضت لأي ضغوط حتى وإن كانت بسيطة، فإنها تستجيب لها بالاضطراب الشديد. كأن تتعرض لوفاة شخص عزيز أو خلافات زوجية أو خسارة مادية أو مشكلات في عملها أو مع أسرتها.

مثل هذه المشكلات لم تكن تؤثر عليها بشكل مرضي في الأحوال العادية.. ولكن ضعفها بعد الولادة أدّى إلى استجابتها المرضية للأحداث العادية.

والاضطرابات تنقسم إلى ثلاثة أنواع :

١ - اضطرابات مؤقتة في المزاج.

٢ - اضطرابات نفسية.

٣ - اضطرابات عقلية.

١ - الحزن الرقيق :

والحزن قد يكون رقيقاً.. أي غير متوحش.. ليس في قسوة الاكتئاب ولا ضراوة الأسى.. بل يلمس النفس لمساً رقيقاً حانياً فتتالم ألماً خفيفاً ولكنه يبعث بالدموع إلى العيون فتنساب فياضة بلا سبب ظاهر غير شجى النفس. وثمة لون رمادي ينتشر حولها كسحابات الغروب في الشتاء فتملأ القلب خوفاً وإشفاقاً ويضطرب الخاطر. ولكن الحياة تمضي.. تاكل وتعمل وتنام وتتكلم.. ولا احد يلحظ.. وتجاهد هي ان تخفي ما بها.. فالأمر لا يستحق.. وكذلك الأمر محير.. وتسال نفسها بوجل: ما بي..؟ ماذا أصابني..؟ ما هذا الوخز الذي ينقر قلبي برفق..؟

وتستمر الحياة.. تبذل جهداً من أجل أن تؤدي واجباتها المفروضة عليها دون تقصير.. ولكنها ترهق.. تتعب.. يصبح الأمر فوق طاقتها.. ويضطرب النوم.. نوم متقطع.. ودموع الليل لا تقل غزارة عن دموع النهار ولكنها لا تسبب إزعاجاً كثيراً لها لأن أحداً لا يراها فلا تكلف نفسها جهد إخفائها.. تستيقظ مرة لإرضاع وليدها.. وتستيقظ مرة بعدها على حلم مزعج«كابوس» ثم تنام لتصحو مرة ثالثة على صوت بكاء وليدها.

وهكذا الليل عناء.. والنهار مكابدة ومثابرة.. ترسم الابتسامة على وجهها والنفس

تئن.. ثم تنهار مقاومتها.. ولكن في معظم الأحوال يتجاهل الآخرون الحزن الذي أصبح بادياً على وجهها وجسدها.. فهم لا يتوقعون في مثل هذه الظروف.. أو هم لا يريدون أن يضايقوا أنفسهم بأحزان لا مبرر لها..

تصوروا أن ٥٠٪ من الأمهات يعانين من هذه الأحزان الرقيقة بعد الولادة.. إنها تبدأ في الأيام العشرة الأولى بعد الولادة.. وتستمر أياماً وشهوراً.. ومعظم هؤلاء الأمهات أيضاً لا يلقين مساعدة طبية على الرغم من احتياجهن لها.. ومن المهم أيضاً أن يدرك من حولها أنها تعاني.. ومن الأهم ألاّ تتردد هي ذاتها في الإفصاح عن مشاعرها وفي طلب المساعدة.

* والأهم أن هذه الأحزان الرقيقة قد تتطور إلى اكتئاب مرضي.. الحزن الرقيق قد يكون مقدمة لما هو أخطر.. وهذا هو واجب كل إنسان يقترب من الأم بعد ولادتها.. طبيب الولادة.. طبيب الأطفال.. المرضة.. الزوج.. الأم.. الأبناء.. الجيران.. الصديقات..

مرة ثانية، ٥٠٪ من الأمهات بعد الولادة يعانين من أحزان رقيقة ولكنها مؤلمة.

٢ - الاضطرابات النفسية:

وأشهرها الاكتئاب.. وأيضاً قد تعاني المرأة من المخاوف والوساوس والقلق النفسي.. والاكتئاب يظهر في خلال الأسابيع الستة بعد الولادة.. ونسبة انتشاره من ١٠ - ١٥٪.. وإذا لم يعالج قد يستمر شهوراً طويلة تصل إلى عام كامل.

والتشخيص يأتي متأخراً لأن أحداً لا يتوقعه.. والتركيز عادة يكون على الصحة

العضوية للأم وللطفل.

وقد تصاب الأم بمشكلة عضوية بعد الولادة فينصرف الاهتمام إلى الجانب العضوي تماماً، أو قد يأتي الاكتئاب في صورة اضطراب جسدي.

وخبرة أطباء الولادة والأطفال محدودة في مجال الصحة النفسية.. وكذلك الأم مسؤولة عن تأخير التشخيص إذ إنّها تكون في حيرة ولا تخبر احداً بمعاناتها.

ما أعراض الاكتئاب بعد الولادة؟

١ - قلق زائد من اجل صحة الطفل.. وهذا القلق لا يتحسن بطمانتها.

٢ - لوم النفس والإحساس بالنقص والتقصير كامّ وانها غير كفؤة لتربية طفلها التربية الصحيحة ورعايته وتقارن نفسها ببقية الأمهات من الجيران والأقارب والصديقات.

٣ - صعوبة النوم والاستيقاظ المتكرر ويضاعف من ذلك اضطرارها للاستيقاظ في أوقات أخرى لرضاعة الطفل.

٤ - تفقد اهتمامها بما حولها وتشعر وكانها تتحرك كآلة بلا روح وتنساب دموعها بلا سبب او لأسباب بسيطة.

٥ - تراودها فكرة الموت.. ليس بصورة مباشرة ولكن تشعر ان الموت راحة وتتمنى لو انها تموت فجاة.

٦ - تراودها وساوس انها قد تؤذي طفلها. تراودها اندفاعات بين ان تخنقه او تقذف به، وتنزعج لهذه الأفكار الشاذة التي تراودها وتتعذب بها.

٧ -القلق والتوتر وعدم الاستقرار والعصبية والخوف.

٨ - فقدان الرغبة الجنسية تماماً، وقد يؤدي ذلك دون أن تدري ودون أن يدري زوجها إلى اضطراب العلاقة الزوجية.

٩ - وقد تتجمد مشاعرها تجاه طفلها وتنفر منه وترفض العناية به وتقذف به إلى امها أو شقيقتها، أو إلى أي أحد يرعاه.. وتعجب وتقلق كيف تكون مشاعرها هكذا تجاه طفلها الضعيف.

١٠ - ومن الوساوس الغريبة التي تداهمها أن هذا الطفل ليس طفلها وأنه اختلط مع طفل آخر بالمستشفى، أو قد تعتقد أن طفلها قد تعرض لإصابة خطيرة أثناء الولادة سينتج عنه تشويه أو تخلف عقلي.

* فالمهم هو التشخيص المبكر، وهذا يتطلب وعياً بين الأطباء والأسرة والأمهات.

* ويفضل أن تتوقف الأم عن الرضاعة، ولكن إذا كانت رغبتها شديدة في أن ترضع وليدها فلا بأس. المهم ألا يسبب ذلك إجهاداً لها، وعلى الطبيب أن يوازن الأمر بنفسه.. ولا خوف من تسرب مضادات الاكتئاب إلى اللبن الذي يرضعه الطفل.

* والأهم هو طمأنة الأم، وأن الأمر قد يستغرق شهوراً قليلة لتعود إلى حالتها الطبيعية. ويجب أن نتيح لها الفرص للحديث عن مشاعرها السلبية تجاه نفسها وتجاه طفلها.

إن ذلك يحقق لها راحة كبيرة، وخاصة إذا استمعنا لها دون أن تشعر هي بالحرج، أو دون أن تتوقع نقداً عن مشاعر خارجة عن إرادتها.

وهكذا، فأي إنسان يشعر بارتياح إذا وجد إنساناً متفهماً يسمعه بحب دون أن

ينتقده.. يشعر الإنسان بارتياح حين يتحدث عن نقائصه وعن أفكاره السيئة وعن مشاعره الغريبة.. والحب هو أن نفهم ضعف الآخر.. الحب ليس في إصدار أحكام اخلاقية: الحبّ هو التفهم.. الحب هو أن تشعر بالأمان وأنت تتحدث مع من تحب.. مع من تثق أنه يحبك.. الحب ليس فيه تقييم أو مقارنة.

هذا هو ما تحتاجه الأم المريضة بالاكتئاب والتي تداهمها الوساوس والمشاعر السيئة تجاه نفسها وتجاه وليدها..

الوقاية خير من العلاج..

وهي مسؤولية الطبيب الأول الذي يرعى الأم أثناء الحمل وبعد الولادة.. ومسؤولية طبيب الأطفال الذي يرعى وليدها.. ومسؤولية كل المحيطين بها.. التشخيص المبكر هو الوقاية الفعلية.

* والمرأة معرضة لاضطرابات نفسية أخرى بعد الولادة.. كأن تهاجمها المخاوف والوساوس.. فتخاف مثلاً من الجراثيم والتلوث وتظل ساعات تغسل ثديها قبل الرضاعة، مما يعرضها لأخطار صحية أو تظل تنظف ابنها، وهذا أيضاً يعرضه لأخطار صحية.

وقد تنتابها الوساوس أن ابنها قد يتوقف عن التنفس فجأة فتظل ليل نهار تراقب تنفسه.. وهكذا.

* إن الثقافة النفسية المتعلقة بالحمل والولادة ضرورة لكل إنسان متحضر.

٣ - الاضطرابات العقلية:

إنها حالات شديدة تصيب المرأة بعد الولادة.. والحمد لله أنها قليلة الحدوث. إن نسبة حدوثها لا تتعدى حالتين بين كل ألف حالة ولادة.. وتأخذ صورة المرض العقلي الحاد.. إما في صورة فصام وإما اكتئاب عقلي أو هوس حاد، أو مرض عقلي عضوي كالهذيان وتشوش الوعي.

كيف تبدأ الأعراض؟

١ - أرق شديد.

٢ - تذبذب المزاج الذي يتأرجح بين البكاء والإحساس بالحزن وبين المرح والانشراح.

٣ - الشعور بالاضطراب والحيرة.

٤ - أحاسيس غريبة كالانفصال عن الواقع وكأنها في حلم أو تشعر بالاندهاش أو الاستغراب سواء بالنسبة لنفسها أو للآخرين.. ويصاحب ذلك الشعور بالتعاسة وعدم الارتياح.

٥ - نبذ الطفل وإهماله تماماً أو الاعتقاد بأنه مشوه أو ميت.

٦ -وقد تتطور الحالة بشكل مفاجئ وتنقلب إلى حالة من الهياج والعنف.

٧ - مشاعر الاضطهاد.. فتشعر أن العاملين بالمستشفى أو أهلها يحاولون إيذاءها.

٨- أفكار انتحارية، فقد تحاول الانتحار فعلاً وقبل أن تنتحر تحاول قتل طفلها.

٩ - شعور شديد بالذنب وتأنيب الضمير والصمت الكامل والامتناع عن الطعام والحركة.

* والحالة تبدأ بسيطة ولكنها تتطور بسرعة مما يتطلب سرعة علاجها داخل

مستشفى، وخاصة إذا كانت في حالة هياج، أو إذا كانت قد حاولت الانتحار.. ويجب عزل الطفل عنها فوراً.

وهذه الحالات تشفى بنسبة ١٠٠٪، ولكن يجب أن يستمر العلاج وقتاً كافياً حتى بعد الشفاء الكامل لأن الشفاء قد يكون خادعاً في البداية وتنتكس الحالة بمجرد توقف العلاج.

وواجب الطبيب أن يشرح هذه النقطة بالذات تفصيلياً للأسرة.. والجلسات الكهربية تلعب دوراً هاماً في الشفاء وتكاد تكون من أفضل الوسائل العلاجية في مثل هذه الحالات، ولا ضرر منها على الإطلاق على صحة الأم.

وبعد شفاء الأم يجب أن نعيد لها طفلها فوراً لتعاود الاهتمام به.. فهذه الأم معرضة لأن تشعر بالذنب الشديد لأنها أهملت طفلها وقت مرضها.

* وفي خلال فترة العلاج، يجب التركيز أيضاً على الصحة العضوية للأم من خلال الاهتمام بالنوم والتغذية وإعطاء جرعات مركزة من الفيتامينات.

* تكون المرأة بعد الولادة هشة.. تحتاج إلى التعامل الرقيق والملاحظة الدقيقة والعناية المركزة.

* وحين أوصانا الرسول صلى الله عليه وسلم بالنساء، فإنه كان يعلم الأوقات الحرجة التي تمر بها وتحتاج فيها إلى المساندة الحقة.

* والحياه الانفعالية للمرأة حياة غير مستقرة في بعض هذه الأوقات.. تتأرجح فيها مشاعرها بشدة، فلا ينبغي أن نتعامل معها بمستوى ثابت من السلوك، أو بطريقة رد الفعل التلقائي المبني على الأفعال التي تصدر عنها.

متاعب
الدورة الشهرية

* على مدى شهر وكل شهر ابتداءً من سن الثالثة عشرة تقريباً وحتى سن الخامسة والأربعين أو بعدها بقليل.. تتعرض المرأة لنشاط هورموني يبدأ من المخ وينتهي عند المبيضين.. بمقتضاه يتم إصدار بويضة وإعداد الرحم لتلقي البويضة إن لقِّحت.. وإذا لم تتم عملية التلقيح.. فإن الرحم يتخلى عن الوسادة التي كان قد أعدها لتلقي البويضة الملقحة ويطردها عن طريق المهبل. وذلك نهاية دورة تعرف بأسم الدورة الشهرية.. ثم تبدأ الدورة من جديد على مدى شهر، وهكذا كل شهر..

* والهرمونات التي يفرزها الهيبوثلامون والغدة النخامية والمبيضان هي المسؤولة عن هذه الدورة.. تفرز هورمونات معينة وتزداد نسبتها في الدم ثمّ تنخفض لتحل محلها هرمونات أخرى.. وهكذا تنقسم الدورة إلى مراحل، في كل مرحلة تزيد هورمونات بقدر معين وتنخفض هورمونات أخرى.. إذن فالمرأة تتعرض كل شهر لتذبذبات هورمونيةٍ وفق نظام إلهيٍ لا هدف منها إلا إعداد المرأة للإخصاب.

* والمرأة بهذا التكوين تختلف اختلافاً فسيولوجياً جذرياً عن الرجل.

* وإذا قلنا إن الله عز وجل قد ميزها وكرمها بأن جعل من أحشائها المكان الذي تتخلّق فيه ومنه الحياة فإنها تدفع ثمن هذا التكريم في صورة معاناة نفسية وجسدية تتكرر مرّة كل شهر وعلى مدى سنين طويلة من عمرها.. ٩٠٪ من نساء الأرض يتعرضن لتقلبات مزاجية مع كل دورة هورمونية.. هذه التقلبات قد تصل إلى درجة من الحدة تسبب آلاماً نفسية قاسية قد تدفع المرأة إلى أن تقتل نفسها أو تسبب درجة من العنف تدفع المرأة إلى أن تقتل إنساناً آخر.

* وهذا أمر يحار له العقل.. فالافتراض الطبيعي أن الدورة الشهرية تتم من خلال

نشاط فسيولوجي طبيعي لا يمثل انحرافاً أو خللاً.. إذن لِمَ المعاناة..؟ ما السبب..؟ ولِمَ تختلف امرأة عن أخرى..؟

إن من يولد بتشوه خلقي كثقب في القلب يعاني لأن هناك انحرافاً فسيولوجياً تشريحياً.. أي خروجاً عن المألوف.. حالة مرضية شاذة.

أما أن تكون المعاناة بسبب نشاط فسيولوجي طبيعي، فهذا يدعو إلى التأمل والتفكير.

إنها قضية فلسفية قد تشير إلى أن الطبيعة وهي تهيئ المرأة كل شهر لتلعب أخطر الأدوار على الأرض وهي أن تكون مصدراً للحياة، فإن المرأة في هذه اللحظات يصيبها الاضطراب.. خوف ووجل.. قلق.. حزن.. اضطراب.. إنها اللحظات الحاسمة في عمر البشرية.

* أما إذا نظرنا إلى الأمر من المنظور الطبي الضيق المحدود، فإننا نقول إن أي نشاط فسيولوجي حتى وإن كان طبيعياً لا يسير على وتيرة واحدة بل تصاحبه تذبذبات وتغيرات تكون هادئة في معظم الأحيان، وقد تشتط في أحيان أخرى.

وهذه التغيرات والتذبذبات تصاحبها أعراض مقلقة ولكنها مؤقتة سرعان ما تزول بعودة التوازن الفسيولوجي.. وبذلك يختلف الإنسان عن الآلة.

الإنسان كيان ديناميكي متحرك له نشاطه التلقائي والذي يتأثر بالمتغيرات المادية الخارجية والمتغيرات النفسية الداخلية.. وأن النشاط الفسيولوجي يتأثر بهذه المتغيرات.. وكما أن التغيرات النفسية تؤثر في النشاط الفسيولوجي، فإن التغيرات الفسيولوجية تؤثر في الحالة النفسية.

- وأصعب الأوقات هو ذلك الأسبوع الذي يسبق الطمث اي الذي يسبق نزول الدماء.. بعض النساء يتاثرن بشدة.. ولكن غالبيتهن يعانين لدرجة ما.. وتمتد المعاناة إلى الأسرة.. الزوج.. الأولاد.. الجيران.. زملاء العمل.. الأصدقاء.. ليت الأمر كان محصوراً في المراة وحدها.. ولكن كل من حولها يعاني.. وكيف لا يعانون والمرأة يعتريها القلق الشديد أو الحزن الشديد او العدوانية الشديدة.

نحن في هذه الحالة نتعامل مع حالة مرضية اعترفت بها كلّ تقسيمات الطب النفسي وأدرجت في فصول كاملة في كل كتب الطب النفسي.. وما هو المرض..؟ المرض هو الذي يسبب آلاماً شديدة نفسية أو جسدية.. ليس هذا فحسب.. وإنما هذه الآلام تتسبب في الإعاقة.. إعاقة الإنسان عن ان يعيش حياة طبيعية.. تسبب له اضطراباً في عمله وفي حياته الاجتماعية وحياته الأسرية.

ماهي الأعراض..؟

لا بد أن تتكرر الأعراض مرة كل شهر على الأقل لمدة عام حتى تستحق التشخيص كحالة مرضية.. والأعراض تبدأ في الأسبوع الأخير الذي يسبق بداية الدورة.. وتستمر يومين أو أكثر بعد بدء الدورة.. ثم تختفي الأعراض تماماً وكانها لم تكن.. تبدأ فجأة في يوم او حتى في ساعة وربما في لحظة وتستمر اياماً.. اسبوعاً او اكثر ثم تختفي مثلما ظهرت.

١ - أول هذه الأعراض التذبذب الحاد في الحالة الوجدانية.. انقلاب مفاجئ وحاد. انقلاب يبدا في لحظة واحدة ويصل إلى أقصى مداه في اللحظة نفسها التي بدا

فيها.

فجأة ودون مقدمات ودون أسباب على الإطلاق تشعر المرأة بالحزن وتنهمر دموعها.. أو تتحول إلى إنسانة عصبية ثائرة غاضبة.

ولا نستطيع أن نقول أن شيئاً خارجاً قد أثارها وحرك غضبها واستفز عصبيتها، ولكن الأصح أنها بثورتها المفاجئة وغضبها الحاد قد خلقت الموقف الخارجي الذي تلصق به بعد ذلك تهمة إثارة غضبها.. ثم تهدأ لتعود وتنفجر من جديد.

٢ - وقد يستمر الغضب.. ويبدو ذلك جلياً على وجهها الذي يصبح مشدوداً حانقاً.. وإذا تلفتنا حولها لا نجد سبباً ولكنها هي فقط التي ترى أن كل شيء حولها يثير الغضب ويدعو إلى الحنق. وتصبح عصبية عدائية إلى أقصى حد.. تثور لأتفه الأسباب.. لا تتحمل كلمة ولا مجرد همسة أو إشارة.. وقد تخرج عن الحدود اللائقة في حديثها مع الآخرين، وقد تتفوه بألفاظ نابية تندم عليها بعد شفاء الحالة.

٣ - وقد تلازمها حالة قلق حاد وتوتر مستمر.. تشعر وكأنها في سجن.. أو كأنها على حافة هاوية.. وأنها مشدودة.. دائماً متحفزة.. دائماً متوقعة لمصيبة أو مشكلة كبيرة.. وهذه الشدة ترهقها وتضنيها.. وكذلك فإن توترها ينتقل إلى من حولها.. ويصبح الكل في حالة استفزاز وتحفز.. وقد تشتعل الدنيا في لحظة واحدة ومن خطأ غير مقصود.

٤ - وقد يسيطر عليها الاكتئاب بكل أعراضه.. يرتسم في البداية على وجهها دون أن تدري.. يبدو الوجه لكل من يراه كئيباً منطفئاً يائساً مقطباً.. تشعر بالضيق

في صدرها والكراهية لذاتها وتتمنى لو غادرت الدنيا.. وترى كل شيء حولها باهتاً لا يبعث على أدنى اهتمام.. وتشوش على عقلها افكار التقليل من قيمة الذات وتحقيرها.

٥ - تفقد حماسها لكل شيء.. منذ أيام قلائل كانت مشتعلة حماساً.. تدوي ضحكتها في كل أرجاء المكان الذي تجلس فيه وتتحدث بانطلاق وتفاؤل وأمل.. وفجاة يتجمد في داخلها كل شيء.. فتخمد الحركة ويتوقف اللسان وتذوي الابتسامة.. كل شيء يتحرك صوبها.. ويتأثر عملها بشدة سواء أكان داخل البيت أو خارجه ويتفق الجميع على اتهامها بالإهمال البيّن.

٦ - وهي معذورة لفقدانها الاهتمام والحماس.. فالاكتئاب قد اعتقل حواسها.. واستنفد طاقتها والنتيجة: هي التعب السريع والإجهاد من اقل مجهود.

٧ - ويتوقف العقل كانما اصابه الشلل كما حدث تماماً للوجدان.. ولذا تجد صعوبة شديدة في التركيز والفهم والمتابعة.. وتنخفض كفاءتها في العمل وفي الحديث إلى أدنى حد.

٨ - ومن أسوأ الأعراض العنف والعدوانية والعداء لكل من حولها.. وقد توجه عداءها ناحية هدف واحد محدّد: زوج أو ام أو ابنة أو جارة أو زميلة.. وقد تسلك سلوكاً غاية في العنف يعرض الآخرين للإيذاء الفعلي.

وقد يستفز سلوكها الآخرين الذين يبادلونها عداءً بعداء وعنفاً بعنف.. ولا احد يدرك أنها في هذه الحالة مريضة.. بل اشد حالات مرضها.. وقد تتخذ قرارات عنيفة كان تذيع سراً خطيراً يعرض صاحبه لضرر شديد، او ان تقدم شكوى

ضد زميل أو جار، أو تطلب الطلاق أو تفسخ خطوبة ابنتها، أو تحطم أثاث بيتها..

أو.. أو.. عنف وتدمير للذات وللآخرين.

٩ - وقد يلازمها الأرق طوال هذه الفترة.. وقد تنام ضعف ساعات نومها المعتادة.

١٠ - وقد تُقْبل على الأكل بشهية مفتوحة لا تعتادها طوال أيام الشهر.. وقد تنفر من أطعمة معينة.. وقد تشتهي أطعمة معينة.

١١ - والأعراض الجسدية قد تعاني منها بشدة وأهمها آلام المفاصل وآلام العضلات إلى حد صعوبة الحركة وإلغاء مواعيد هامة، أو عدم القدرة على أداء الأعمال المنزلية البسيطة والمعتادة.

والصداع.. والصداع النصفي بالذات.. وآلام الثدي وتورمها والذي قد يمتد إلى تحت الإبط، وقد يختفي ليعاود الظهور في الشهر التالي وفي الموعد نفسه.

* ومن أخطر العلامات ارتكاب الجرائم.. وقد يبدو هذا أمراً غير مصدق.. وقد يرفضه رجال القانون.. ولكن رجال القانون الأمريكي اعترفوا وأقروا أنّ المرأة قد تصل إلى حالة من الاختلال العقلي الذي يؤدي بها إلى ارتكاب جريمة دون دافع حقيقي، وذلك مرّة كلّ شهر ولِمدة أسبوع واحد يسبق دماء الدورة الشهرية.. والأمر قد يصل إلى حد القتل.

والبداية كانت في عام ١٩٨١ حين برّأ القضاء الأمريكي سيدتين ارتكبتا جريمتي قتل دون أيّ دفاع وذلك أثناء ذلك الأسبوع.. السيدة الأولى قتلت أحد رجال المرور الذي اعترض طريقها لارتكابها مخالفة مرورية.. والأخرى قتلت رجلاً بسيارتها لأنه تلكأ في الحركة من أمام سيارتها بينما كانت على عجلة من أمرها.. سبحان الله..

هكذا من الممكن أن يصل العقل إلى هذه الدرجة من الخلل بسبب ذلك التذبذب الهرموني.

* ومن الأبحاث العلمية الممتعة ذلك البحث وما تلاه من ابحاث أكّدته والتي ربطت بين السرقة وبين ذلك الأسبوع العجيب.. فتلك السيدة الأنيقة الثرية والتي تسرق شيئاً تافهاً لا تحتاج إليه إنما تفعل ذلك بسبب اضطراب يعاودها مرة كل شهر في أسبوع ما قبل بدء الدورة.

أثبتت الدراسة العجيبة أن ٦٠٪ من سرقات النساء تحدث في ذلك الأسبوع.. وأنه حتى هؤلاء السيدات أنفسهن لم يلحظن أن هذه الرغبة الملحة في السرقة لا تنتابهن إلا في وقت محدد من كل شهر.. وبالطبع، لم يلحظ ذلك أيضاً اي أحد من المحيطين بهن.

* ما الذي يغير السلوك ليصبح عدوانياً إجرامياً..؟ لا أحد يعرف..!!

* إن خمسة أعراض من السابق ذكرها تكفي لتشخيص المرض.

والحالة تبدأ حوالي سن الثلاثين.. أي نادراً ما تصيب الفتيات الصغيرات.. وتسوء الحالة كلّما تقدم بالمرأة العمر.

* والحالة تكون واضحة أكثر في السيدات اللاتي لديهن استعداد وراثي للمرض العقلي أو النفسي.. أي التي أصيب أحد أفراد عائلتها باحد هذه الأمراض.

* والحالة تكون أكثر وضوحاً في السيدات اللائي سبق لهن الإصابة باحد الأمراض النفسية أو العقلية.

* حبوب منع الحمل لا تخفّف من حدة الحالة.. الإنجاب لا يخفّف من حدة

الحالة.. إزالة الرحم لا يخفّف من حدة الحالة.

* وضمير الأسرة يتلوى ألماً إذا أقدمت هذه السيدة على الانتحار من شدة الاكتئاب.. وهذا ليس تصوراً نظرياً، ولكن هناك حالات انتحار فعلية حدثت بسبب الاكتئاب الشديد الذي يداهم المرأة في هذا الأسبوع.

* والسبب الحقيقي وراء هذا المرض غير معروف على وجه الدقة حتى الآن.. ولكن الأمر وثيق العلاقة والصلة بهذا التذبذب الهورموني الحاد الذي تتعرض له المرأة.

إن هناك محاولات للعلاج الهورموني.. وبمضادات القلق ومضادات الاكتئاب.. مدرات البول.. والفيتامينات وخاصة فيتامين ب٦ .

ومن أحدث الوسائل العلاجية اللثيوم.. واللثيوم هو نوع من الأملاح الذي له أياد بيضاء على مرض الهوس والاكتئاب كعلاج ووقاية.. فهو يساعد على التوازن الوجداني وخاصة في الامراض الدورية.. ولهذا تم تجريبه بنجاح نسبي في معظم اضطرابات الدورة الشهرية.

* بعض الحالات تستجيب للعلاج الكيميائي والبعض الآخر لا يستجيب.

* ولكننا نستطيع أن نخفّف المعاناة إلى درجة معقولة إذا تفهمنا طبيعة الحالة، واستطعنا أن نتعامل مع المرأة برفق واستوعبنا غضبها وثورتها واحتوينا قلقها واكتئابها.

إن ردود الفعل الحادة والندية تزيد من معاناتها لأنّها مغلوبة على أمرها ولا تستطيع أن تتحكّم في انفعالاتها وسلوكها.. فإذا واجهناها بحدة أو بعنف أو حتى

بحزم زائد، فإنها لاتتورع عن ارتكاب أية حماقة تكون هي أول النادمين عليها بعد زوال الحالة.

× وبالطبع وهي في مثل هذه الحالة ، لا يمكن الاطمئنان لحكمها على الأشياء ولا لتقديرها للأمور.. كما لايمكن الاستناد إلى شهادتها.

* إن الكلمة الطيبة قد تهدّئ من قلقها وروعها.

* وإن الابتسامة الحانية قد تدخل بعض السرور إلى نفسها المظلمة.

* وإن اليد التي تربت بحنان على كتفها وتشدّ على يديها قد تمتص عدوانيتها وعداءها الأعمى.

* وبالصبر والحكمة والهدوء نستطيع أن نستوعب معظم الأعراض.

* والأمر في النهاية يحتاج إلى حبّ يدعمه الوعي.

× × ×

الأمومة المفقودة

* قدرة المرأة على الحمل والإنجاب تمثّل الأساس الراسخ لإحساسها بأنوثتها.. إنها القدرة الخاصة التي تتميز بها المرأة عن الرجل والدور الخالد لها على الأرض.

* إن الإنجاب هو من أهم ما يستعين به الإنسان للدفاع عن إحساسه المخيف بأنه ماضٍ إلى فناء، وبأنه لا مفر من الموت.. إن مجيء طفل معناه الاستمرارية.. إنه الأمل.. إنه المستقبل. أي أنا باقٍ ومستمّر.. فهذا الطفل هو بعض من «أنا» فإذن لن أموت..

* وحين تستطيع المرأة أن تنجب، فإنها تعترف لنفسها أو يتملكها شعور يقيني ملوكي أو أميري متفاخم ومتعاظم بأنها الآن امرأة كاملة أو مكتملة.. امرأة خصبة.. امرأة استطاعت أن تضيف للحياة.. بل إن الحياة مدينة لها، بل هي أحد أسرار الحياة الخالدة. وأن ماقامت به من حمل وولادة هما من أهمّ أحداث الحياة، بل هما الحياة ذاتها.

وقد لا تستطيع المرأة ترجمة هذه المشاعر إلى كلمات، وربما لا تدور هذه الأفكار برأسها.. ولكن الذي من الممكن أن يكون جاهلاً إلا أن هذه المشاعر تملأ كيانها وتهزه طرباً وتيهاً. وقد لا تفهم أو تعي على وجه الدقة نوع وأسباب ومعنى هذه المشاعر التي سيطرت على كيانها، وكل ما تستطيع أن تدركه هو شعور عميق بالرضا.. وبالارتياح البالغ.

* ولهذا احتّل الرحم مكانة عالية الأهمية بالنسبة للمرأة.. ومشكلات الرحم تمثّل عقبة كبيرة أمام إتمام الحمل، كما تتسبب في الإجهاض أو موت الجنين..

* وقد تمرّ المرأة في بداية حياتها الزوجية بفترة قلق وشك حول مدى إمكانية

أن تحمل. مثل هذه المخاوف تصيب ايضاً بعض الرجال مما يدفع بعضهم أحياناً إلى إجراء سلسلة من التحاليل الطبية للتأكد من القدرة على الإنجاب.. وهذا القلق الذي يعتري المرأة في بداية حياتها الزوجية قد يتسبب فعلاً في إعاقة الحمل..

* ومن الأشياء العجيبة التي تكشف عن مدى أهمية الحمل بالنسبة لكل امرأة على الأرض، وأن ذلك الشعور يكمن في أعماقها، أن امرأة ما قد تكون غير مستعدة للحمل كأن تكون هناك أسباب اجتماعية أو اقتصادية أو أية ظروف خاصة تجعلها تقرّر مع زوجها تأجيل مجيء الطفل الأول ولكنها - وياللعجب - ودون أن تدري أو دون قصد تحمل مرة وربما أكثر من مرة، ثم تسعى في كلّ مرّة إلى إجراء إجهاض.

إنها بذلك تريد فقط أن تطمئن نفسها أنها قادرة على الإنجاب وأنها تستطيع أن تحصل على طفل في أي وقت ولكنها تمتنع عن ذلك بإرادتها..

* وهناك امرأة أخرى تخاف من الحمل.. ترتعب من مجرد الفكرة.. لا تتصور أنه من الممكن أن تكون أماً.. وهناك أسباب نفسية عديدة لهذه الحالة.. أسباب تعرفها هي وأسباب أخرى تجهلها كامنة في عقلها الباطن لا مجال لمناقشتها الآن.

ولكن هذه المرأة رغم ذلك تغالب مخاوفها (دون الاستعانة بطبيب نفسي) وتقرر أن تحمل وتلد طفلاً لإرضاء زوجها ووالديها والمجتمع بوجه عام، ولتعلنها صراحة أنها امرأة متكاملة بالرغم من أنها كارهة أن تكون أماً لطفل..

* ولكن تظل هناك امرأة أخرى رافضة تماماً لفكرة الإنجاب وتصر على موقفها ويكون لها مبرراتها السطحية أو الشعورية بأن الإنجاب سيؤثر على صحتها وجمالها،

أو سيمنعها من الاستمتاع بحياتها او سيعوق نجاحها.

والقرار المتعلق بالإنجاب أو بعدم الإنجاب لا تتعامل معه المراة ببساطة.. وهو أبداً لا يكون قرارٌ نهائياً .. ومن وقت لآخر تراجع المراة قرارها، وقد تستمر او تعود عنه.. لا قرارات نهائية أو قاطعة في هذا الأمر على الأقل بالنسبة للمراة.

حتى المرأة التي اصرت على قرارها بعدم الإنجاب، فإنها من الممكن وهي تقترب من سن الياس أن تعيد النظر في قرارها.

والأمر بالنسبة للرجل أيسر كثيراً لأن قدرته على الإنجاب لا تتاثر بتقدم العمر، إذ يظل مستمتعاً بتلك الإمكانية منذ بلوغه وحتى آخر يوم في عمره وحتى بعد مماته إذا احتفظوا بحيواناته المنوية بالوسائل الحديثة!

ولكن بالنسبة للمراة، فإن هذه الإمكانية أو فترة الخصوبة لا تزيد عن ثلاثين عاماً.. بعدها يتوقف المبيضان تماماً ويصبح الرحم عديم الفائدة.. بل إن الفرصة تتضاءل في النصف الثاني من هذه السنوات أي في العشر أو في الخمس عشرة سنة الأخيرة.. كما أن الحمل الذي يحدث في هذه السنوات الأخيرة يزيد من فرصة الحصول على طفل غير سليم يعاني من تشوّهات خَلْقية او تخلّف عقلي..

كلّ هذه الحقائق تؤثر شعورياً ولا شعورياً على قرارات المراة بشان الإنجاب.. وقد تفاجأ المراة بأن فرصتها في الحصول على طفل قد انخفضت، ولأسباب متعددة:

تأخر سن الزواج.. غياب الزوج.. مرور الزوج بفترة علاج طويلة أو مرورها هي شخصياً بفترة علاج من احل الإنجاب.. وجود معوقات كعدم الاستقرار في مسكن او صعوبات اقتصادية.. الخ.

هنا تقلق المرأة وتجزع وتصارع الأيام وتصارع الظروف من أجل أن تحمل.. وللأسف قد تفاجأ بالحقيقة المرة أن هذا أصبح مستحيلاً ويصيبها أسوأ شعور بالندم.. الندم على ما كان يمكن تحقيقه منذ سنوات مضت.

هذا الندم يتضاعف إذا كانت أجهضت نفسها إرادياً في يوم من الأيام لأسباب ترضية من أجل مزيد من النجاح أو المال أو الاستمتاع بالحياة حين تصورت وقتها أن مجيء طفل سيحرمها من كل ذلك.

- ولهذا، فإن عيد الميلاد الأربعين بالنسبة للمرأة يمثل إنذاراً ويشكل علامة فاصلة في حياتها.. في هذا اليوم بالذات تعيد المرأة حساباتها في كثير من أمور حياتها، من ضمنها الحصول على طفل أو مزيد من الأطفال.

- الدورة الشهرية تلعب بأعصاب المرأة حين تجيء لأول مرة وحين تبدأ في الاختفاء.. وتلعب بأعصابها مرة كل شهر وهي تتوقع حملاً ولكن يخيب ظنها، وتكتئب حين تتسرب قطرات الدماء الأولى.. وتلعب بأعصابها حين تتأخر عن موعدها، حين تكون قد رتبت لحياتها ألا تنجب في الوقت الحالي واستعانت بوسائل منع الحمل.. فتجزع حين تتأخر الدورة وتظن أن وسيلتها لمنع الحمل كانت فاشلة.. ويعاودها الاطمئنان والانشراح حين تتدافع قطرات الدماء مبشرة بمجيء الدورة.. ياله من تناقض.. امرأة تبتئس لمجيء الدورة وأخرى تبتئس لتأخرها ثم تبتهج لمجيئها..

× × ×

* فشل الحمل يسبب تعاسة عميقة للمرأة.. هذا الفشل يهدد حياتها الزوجية

ويؤثر على علاقتها الإنسانية بشكل عام كما يؤدي إلى الاكتئاب حين تتأكد استحالة الحمل، وتكون من أبرز علاماته في هذا الموقف بالذات الشعور بعدم الأهمية وعدم الكفاءة..

- وعدم الإنجاب قد يسبب بعض العزلة الاجتماعية للمرأة حين تنشغل صديقاتها بأطفالهن.. كما لعلها تشعر بالنقص أمام بقية سيدات الأسرة: شقيقاتها وشقيقات زوجها على وجه الخصوص.. إنّه موقف صعب قد يؤدي إلى اضطراب نفسي مرضي.. موقف له أبعاده النفسية الغائرة التي يجب الاهتمام بها ومعالجتها حتى تستطيع المرأة أن تستمر في حياتها دون معاناة وان تستمر حياتها الزوجية.. واشياء بسيطة قد تشير إلى أن الزوجين اللذين حرما من الإنجاب ما زالا يعانيان وأنهما محتاجان إلى مساعدة نفسية وذلك حين تكون مجرد رؤية سيدة حامل او أسرة معها أطفالها يثير الكثير من الأحاسيس السلبية والاضطراب عند هذين الزوجين..

- وقد تضطرب الحياة الجنسية للزوجين اضطراباً شديداً حيث يكون التركيز والتأكيد على الإنجاب وليس المتعة والحب.. حتى إن توقيت الممارسة يرتبط بمتابعة درجة حرارة المرأة اليومية لمعرفة توقيت التبويض.. فتتم الممارسة الجنسية وفق جدول معين بعيداً عن التلقائية التي تحكمها المشاعر والرغبة.. ولهذا يفقد الزوجان. دون أن يدريا- الرغبة في العلاقة الجنسية بعيداً عن الأيام الهامة التي يحتمل أن يقع فيها الحمل.. بل يفقدان الرغبة أحياناً في تلك الأيام الهامة وتصبح الممارسة الجنسية حينئذ واجبة بهدف الإنجاب.. وهذا يؤذي أحاسيس الزوج أكثر

وقد يعرضه للفشل الجنسي وخاصة في الأيام الملائمة للحمل..

* وأبحاث علمية كثيرة أكدت أن المرأة التي يرهقها طول الانتظار للحمل تفقد تدريجياً رغبتها الجنسية.. ولكنها تعود إلى حالتها الطبيعية إذا نجحت في أن تحمل..

* ومن أشق اللحظات التي تتعرض لها المرأة حين يبدي زوجها رغبته الشديدة في أن يكون أباً.. ومن هنا تساورها المخاوف في أنه سيتركها يوماً ما ويتزوج من غيرها.

* ولأسباب نفسية-لا مجال لشرحها الآن - قد يرفض الزوج أن تنجب زوجته.. فهو لا يريد أن يكون أباً.. وهنا تعيش المرأة صراعاً رهيباً بين أن تتركه أو تستمر معه دون أطفال.. وإن هي غافلته وحملت، فإنها قد تتعرض فعلاً للطلاق إذا هي لم تجهض نفسها.

* وقد تضطر المرأة لأسباب اجتماعية أو اقتصادية أن تستمر مع زوج غير قادر على الإنجاب.. وقد تستمر معه اختياراً وبإرادتها لشدة حبها له. وتدريجياً يتلاشى الصراع وتصبح راضية عن حياتها مع زوج تحبه ودون أطفال..

* وقد ترغب المرأة في الحصول على طفل ثانٍ أو ثالث بعد فترة انقطاع إرادي بوسائل منع الحمل المعتادة.. ولكنها تفاجأ بأنها غير قادرة على الحمل دون سبب طبي واضح. تبدأ في دوامة الفحوصات والعلاجات وتسيطر عليها رغبة وسواسية ملحة للحصول على هذا الطفل.. رغبة تفوق بكثير رغبتها في حصولها على أول طفل.

وقد تتعرض هذه المرأة لمعاناة نفسية تستوجب المساعدة الطبية، ويصبح الأمر أكثر تعقيداً إذا كانت إرادياً أو تحت ضغط من زوجها قد تعرّضت لوسيلة لمنع الحمل نهائياً كالربط الدائم للأنابيب، والذي لا يمكن الرجوع فيه.. هنا تعاني المرأة بشدة من الشعور بالندم والأسى، ويتطور الأمر إلى حالة مرضية نفسية تستحق معها العلاج النفسي المركز.

- والمرأة التي لا تنجب تتعرض لمواقف صعبة تعتبرها مهينة وتجرح مشاعرها بعمق من خلال بعض التلميحات والتعليقات من الأهل أو الأصدقاء أو الزملاء أو الجيران.. وقد لايكون هناك-وهذا في الغالب- أي قصد سيء أو خبيث في هذه التعليقات، ولكنها على الرغم من ذلك تحدث أثراً دامياً يعكر صفو المرأة.

× × ×

قد تواجه المرأة بالقرار أو بالحكم الأخير من الأطباء بعد سلسلة طويلة من الفحوصات والعلاجات.. بعد مشوار طويل ومرهق: لا أمل في الإنجاب على الإطلاق.. يدخل الزوجان في حالة من الأسى تضطرب فيها المشاعر والأفكار وتؤثر بشكل شديد على حياتهما وعلى توازنهما النفسي وعلى حياتهما بشكل عام في المجتمع.. وقد يحتاجان للمساعدة النفسية في هذه المرحلة..

القرار أو الحكم يقع عليهما وقع الصاعقة.. يتسبّب في صدمة عنيفة.. وقد يتماسكان في البداية ولا يظهران أي ردود فعل حادة ويظهر أنهما متقبّلان الحقيقة بنفس راضية.. وهذا هو نوع من الإنكار اللاشعوري غير المتعمد، ولكنه يتسبب في مضاعفات نفسية أكثر..

بعد الصدمة يمر الزوجان بفترة من المعاناة تطول أو تقصر حسب عوامل كثيرة منها تماسك الشخصية، درجة الحب بينهما، المستوى الثقافي الاجتماعي، درجة الإثراء في حياتهما العملية والفكرية والاجتماعية.. وفي كل الأحوال، مهما طالت مدة المعاناة أو قصرت فإنهما حتماً سيستعيدان توازنهماويمثلان للشفاء الكامل..

و لقد قسم العلماء فترة المعاناة منذ وقوع الصدمة وحتى الشفاء الكامل إلى أربع مراحل:

١ - الحيرة والذهول لمدة أسبوع.

٢ - الرفض والشك لمدة أسبوعين أو ثلاثة.

٣ - اضطراب العلاقة الجنسية لمدة شهرين أو ثلاثة.

٤- اكتئاب لمدة ستة شهور.

في المرحلة الأولى، بعد الصدمة مباشرة، تشعر المرأة بالتنميل التام لأحاسيسها.. تكون كالمذهولة بنصف إدراك للواقع.. وتشعر وكأنها تنسحب من العالم أو أن العالم ينسحب من حولها.. فراغ من كل اتجاه.. إحساس بالعزلة وبالوحدة.. فهي مع الناس ولكنها منصرفة عنهم بعقلها الغائب. والناس معها ولكنهم لا يشعرون بما تعاني.

* يشعر الزوجان معاً بالغضب.. بالرفض.. بالسخط على كل شيء.. بعدم الرضا عن كل ما أنجزا في حياتهما.. يشعران بأنهما فقدا السيطرة حتى على جسديهما.. على مصيرهما..

* يشعر كل منهما بتهديد لذاته وكيانه.. إحساس بالأسى ليس من أجل عدم القدرة على الإنجاب ولكن ايضاً من أجل فقد طفل تخيلاه وتوقعاه وتصوراه وانتظراه وعاشا معه بعضاً من الوقت في احلام اليقظة واحلام النوم.. اي أن هذا الطفل كان موجوداً في حياتهما فعلاً وها هو الآن قد مات.. وهنا تشعر بأنها غير جديرة بان تكون اماً.. ويشعر الزوج بانه غير جدير بأن يكون ابأً..

وفي هذه المرحلة هما محتاجان للمساعدة النفسية.. وانصحهما بعدم البحث عن بدائل وهما في هذه الحالة النفسية غير السوية.. فلا يصح مثلاً أن يتخذا قراراً بالتبنّي وهما يعيشان مشاعر الأسى من أجل طفلهما الذي تخيّلاه وعاشا معه.. إذ كيف ياتي لبيتهما طفل هو في الأصل ليس ابنهما وذلك بعد موت طفلهما (الذي تخيّلاه) مباشرة.. فمثلاً، ليس من الملائم أن تحمل الأم مباشرة بعد وفاة طفل لها، فإنه من غير الصحي أيضاً أن تتبنى طفلاً وقد علمت لتوها أنها وزوجها غير قادرين على أن يكون لهما طفل من دمائهما..

* دور الطبيب النفسي هنا هو أن يتيح للزوجين ان يعبرا أكثر عن مشاعر الأسى والغضب وكل ما هو مكبوت ومنكر.. عليه أن يبحث بالذات عن هذه المشاعر المكبوتة وأن يزيح قناع الرضا الزائف.. ثم عليه أن يساعدهما على تقبل الحقيقة والأمر الواقع تقبّلاً كاملاً، ثم يبحث معهما عن بدائل قد يحمل بعضها املاً جديداً من خلال الوسائل الطبية المتقدمة.

ومن الخطا أن يناقش معهما فكرة التبنّي وهما في هذه المرحلة ومن قبل أن تحلّ كل مشكلاتها العاطفية.. يجب أن يصلا اولاً إلى مرحلة الاستقرار النفسي

والتقبل الكامل لعدم إمكانهما الإنجاب.. فمتى وصلا إلى هذه المرحلة، أي الاقتراب من الشفاء الكامل، فإن فكرة التبني ستكون ناجحة.

إن نجاح التبني يتوقف على مدى التحرّر النفسي من فكرة إنهما عاجزان عن الإنجاب.. إن علاقة هذين الزوجين بالطفل المتُبنّى ستكون سيئة وغير طبيعية وسوف تشوبها مشاعر سلبية إذا كان الزوجان ما زالا يعانيان من عقدة عدم القدرة على الإنجاب.. إن ذلك سوف يعوق الإحساس المتكامل بالأمومة والأبوة للطفل المتبنّى.

× × ×

- لكن بعد التخلص من مشاعر الغضب والذنب والفقد، فإن كلاً من الزوجين سينظر إلى نفسه بمنظار جديد.. سيرى نفسه في صورتها الجديدة.. كيانا جديداً.. ويجب أن يرضى كل منهما عن صورته الجديدة.. اي أن تكون صورة زاهية ومشعة بالرغم من فقد القدرة على الإنجاب.

إن الإنسان السوي هو الذي يرضى عن نفسه بالرغم من عيوبه الشكلية التي يراها في المرآة في كل يوم.. كما أن الإنسان الذي يفقد جزءاً من جسمه بسبب حادث.. أو تضعف لديه حاسة الى حدّ الفقد فإنه بمضي الوقت يعود فيتقبل نفسه ويرضى عنها في صورتها الجديدة.

إن أي صدمة يعقبها عدم اتزان وإعادة تكيف ثم الوصول إلى مرحلة الاستقرار والتقبل الإيجابي والرؤية الجديدة للذات دون مشاعر النقص أو العجز أو الدونية..

- وكذلك العلاقة الجنسية، يجب أن تنفصل تماماً عن فكرة الإنجاب.. يجب أن

يبنيا علاقة جنسية جديدة بعيدة عن مشاعر العجز التي ولدت بعد الصدمة وافقدتهما الرغبة الجنسية.

إن فقد الرغبة في هذه المرحلة كان بسبب ربط العلاقة الجنسية بالإنجاب.. فعدم الإنجاب معناه لا ضرورة للعلاقة الجنسية.. الجنس بعد ذلك سوف يكتسب معاني أكثر جمالاً وأكثر عمقاً، وسيكون مدعاة لمتعة أكبر تحقق درجة أعلى من الاقتراب والتواصل بالأمان والانتماء.

إنها مرحلة جديدة لاكتشاف إمكانات الجسد في الشعور بالمتعة وفي الاقتراب من الطرف الآخر.. وأن يفقد الجسم إحدى وظائفه او إحدى إمكاناته ليس معناه أن نهدر الجسم كله.. فالجسم له وظائف أخرى وله إمكانات متعددة.. وهو وسيلة للتعبير عن الحب.. ووسيلة للاقتراب والتواصل.. ووسيلة للحصول على الأمان.. ومن خلال العلاقة الزوجية الناجحة يستطيع الجسم أن يحقق كل هذه المشاعر.

والدراسات العلمية تؤكد أن الزوجين اللذين لا ينجبان بعد الصدمة وبعد الشفاء يستمتعان أكثر بالعلاقة الجنسية بشقيها المادي والمعنوي.. والغريزي والوجداني.

إنّ كثيراً من الأطباء - للأسف - لا يعرفون كيف يتعاملون مع هذه المشكلة بكفاءة وبحساسية، وقد يتجاهلونها كمشكلة صعبة تواجه اثنين يعيشان معاً ويحلمان بأن يكون لهما طفل.. يجب أن يكون الطبيب قادراً على مشاركتهما الألم.. أن يحس معهما بالألم الحقيقي.. وأن يتبنى وجهة نظر هامة وهي أن هناك فعلاً حكمة بليغة في أن الله العزيز القدير قد خلق بعض الناس قادرين على الإنجاب وآخرين لا يستطيعو

متاعب الإجهاض

* وما زلنا نستعرض الأحداث العظام التي قد تتعرض لها المرأة في رحلة حياتها فتنال من صحتها الجسدية والنفسية.. إنها أحداث خاصة بالمرأة دون الرجل.

والإجهاض هو أحد تلك الأحداث إذا كان مبكراً في الشهور الأولى.. وتعظم الصدمة إذا كان الجنين قد تخلق وأصبح له صورة بشرية.. ومن الصور التي لا تبرح ذاكرة المرأة صورة الجنين الذي فقدته كرهاً.

* والحمل حدث سعيد في حياة المرأة.. وأيضاً في حياة الزوج.. يسعدان معاً، ويحلمان معاً ويخططان لمستقبل الطفل القادم.. يتخيلانه بعد أن يولد وحين يكبر.. حين يحبو وحين يمشي وحين يتكلم.. يعيشان قصة حياته في الخيال قبل أن يولد.. ولذا فالجنين المفقود عن طريق الإجهاض ليس مجرد أنسجة ميتة، بل هو كائن معنوي متكامل ومشروع للمستقبل وأحلام متفائلة.

إنها كلها أحاسيس رائعة تجمع ما بين الأم والأب فقط وترتبط بالجنين الذي بدأ يتخلّق.. ولذا، فالإجهاض حدث مؤسف ومؤلم في حياة المرأة يتسبب في جراح نفسية قد لا تبرأ لوقت طويل.. حتى وإن كانت المرأة لا ترغب في استمرار الحمل.. أي كان حملاً غير مرغوب فيه. فإنها أيضاً تتألم ويضاعف من آلامها إحساس بتأنيب الضمير..

* والزوج أيضاً يعاني وعادة ما يشعر بالذنب. ويعجز عن تقديم أي مساعدة لزوجته. وهذا يعني حيرته التامة واختلاط مشاعره وقلقه الزائد، وقد لا يستطيع الاقتراب من زوجته.. يشعر بالأسف وبالغضب.. ولا يدري لِمَ هو غاضب ولا يدري على من يصب حنقه. ولا يريد أن يسمع من أحد أي تعليق أو مواساة.. يشعر بحرج

إذا حادثه أحد في هذا الموضوع.. وتزداد حيرته وصراعاته حين تصاب زوجته بالاكتئاب بعد الإجهاض.. وتزيد معاناة المرأة بعجز زوجها وغضبه ولعدم تعاطفه.

إن المرأة في هذه الحالة تكون هشة، ضعيفة في غاية الحساسية تغمرها مشاعر الفشل وعدم الاكتمال، وحين يأتي الزوج ليضاعف من هذه الأحاسيس، فإنها تبتعد عنه وتشعر بالعداء ناحيته، وتلك المشاعر السلبية قد تستمر لوقت طويل.. إذن، فالإجهاض قد يتسبب في تدهور العلاقة الزوجية فيبتعدان عاطفياً وجنسياً..

* وأحد أسباب قلق الزوجين بعد الإجهاض هو الخوف من احتمال الإجهاض مرة أخرى مع الحمل التالي.

إنهاء الحمل.. الإجهاض الاختياري:

إنهاء الحمل له أسبابه الكثيرة ودواعيه الطبية، وأهمها تلك المتعلقة بصحة الأم إذا كان هناك خطر متوقع أثناء الحمل أو الولادة. أو إذا كان هناك احتمال أن يولد الطفل مشوهاً.

والقرار ليس سهلاً مهما كانت دواعيه، فقد لا يترك للأم فرصة التفكير واتخاذ القرار ولكنها تتردد وتجادل وتبحث وراء إمكانية استمرار الحمل، وفي أحوال ليست قليلة، ترفض المرأة رفضاً تاماً إنهاء الحمل رغم حزم الطبيب وإصراره وإخافته لها وتهديده بأن الحمل قد يعني موتها، أو أن الجنين سيولد فعلاً مشوهاً.. وتتعرض المرأة لضغوط من زوجها وأهلها أو أبنائها ولكنها لا تذعن.

* إن الأم التي تتنازل عن جنينها تشعر بالحزن وتظل تجتر أحزانها من وقت

لآخر.

× إن قرار إنهاء الحمل معناه الموافقة على فصل جزء من نفسها.. إن الأم أثناء الحمل تتوحّد مع جنينها.. إنه ليس شيئاً منفصلاً مزروعاً في أحشائها بل هو بعض أحشائها، ولهذا فإنها تتشبّث به مثلما تتشبّث الأرض بنباتها حين نحاول أن ننزعه منها.. وتزيد مقاومة الأرض كلما كانت الجذور ضاربة في بطنها.. أي حينما يزداد امتزاج الجذور بالأحشاء.. وتغضب الأرض مثلما تغضب الأم.. هذه التجربة القاسية تكون مصحوبة عند الأم بمشاعر الغضب والعار والذنب.

ولا بد أن نترك الأم تعبر عن مشاعر الغضب والحزن وأن تكشف عن أحاسيس الذنب.. لا بد أن نعترف بأن ثمة عواطف حارة وشحنات وجدانية ساخنة ومشاعر ملتهبة تصاحب الإجهاض، وخاصة إذا استسلمت المرأة وذهبت برجليها اختيارياً نابعاً من إرادتها أو مكرهة عليه.. إذا لم نترك الأم لتعبر عن تلك المشاعر، فإنها قد تقع فريسة مرض الاكتئاب.. والشفاء من هذا الاكتئاب قد يتأخر طويلاً إذا تعاملت المرأة مع مشاعرها تجاه الإجهاض بالإنكار، وإذا تجاهل المحيطون بها حقها في التعبير عن أساها.

وحدّة المشاعر تزيد، ونسبة حدوث الاكتئاب ترتفع كلما توغلت شهور الحمل.. ومشاعر الذنب تزيد إذا كانت التضحية بالجنين بسبب الخوف والحرص على صحة الأم.. وقد يكون مرضاً خطيراً ذلك الذي دفع الأطباء إلى الإصرار على إنهاء الحمل، مثل معاناة الأم من الفشل الكلوي أو السرطان أو مرض خطير في القلب.

وفي هذه الحالة ينشأ صراع من نوع آخر: من كان يستحق الحياة أكثر.. أم

مريضة أمْ طفل سليم؟ لِمَ التضحية بالسليم من أجل المريض؟ لِمَ التضحية بمستقبل شبه مضمون من أجل ماضٍ قد انتهى؟

الأم وحدها هي التي تتساءل وهي التي تعاني من هذا الصراع، أما قرار الطب: الأم أولاً وقبل كل شيء.. الأم حياة حقيقية.. أما الجنين فليس إلا مجرد أنسجة نابضة.. قرار الطب معناه أن صحة الأم أهم وأثمن مهما كان مرضها.. واستمرارها على الأقل مهم من الناحية العاطفية بالنسبة لزوجها وأبنائها..

* يجب أن نتنبّه إلى أن حالات الاكتئاب الحقيقي تعقب الإجهاض، سواء أكان لاإرادياً أم أختيارياً.. تنزلق المرأة تدريجياً فتنعزل وتنطوي وتأرق وتفقد شهيتها للطعام وتذوي ويصيبها النحول وتبكي.. ثم تشعر بعدم جدوى حياتها واستحقاقها للموت لفشلها وعجزها وعدم قيمتها وانعدام كفاءتها.

وموقف الزوج الرافض يضاعف من الكآبة.. وتجاهل الأسرة وعدم إدراكها لصعوبة موقف الأم يسرع بتدهور الحالة.. والاكتئاب بهذه الصورة المرضية يحتاج إلى تدخل طبي حاسم وسريع.

واكتئاب الإجهاض يشبه إلى حد كبير في أعراضه اكتئاب الولادة.. والمرأة التي لديها الاستعداد للاكتئاب أو التي عانت منه قبل ذلك تزيد فرص إصابتها بالاكتئاب مرة أخرى بعد الإجهاض.. وتلك ضريبة تسددها بعض السيدات نيابة عن جنسهن لأنهن يتحملن مسؤولية أهم دور في الحياة، وهو استمرار الحياة..

× × ×

* قد يولد الطفل ميتاً.. وقد يموت بعد ساعات من ميلاده.. وهذا يشكل مأساة

تراجيدية بالنسبة للأم.. إن الإحساس الذي يعتري الأم هو الإحساس بالفشل لأن طفلها فشل في أن يعيش.. تشعر أن ثدييها قد انتفخا هباءً باللبن وأن يديها فارغتان.. ومشاعر الألم والفشل تزداد إذا كانت الأم بالمستشفى محاطة بأمهات نجحن في أن يلدن أطفالاً أصحاء.

* لا بد أن ندرك بحساسية مدى عمق آلام سيدة كانت تستعد لاستقبال حياة جديدة، فإذا بها في نفس اللحظة تشاهد نهاية هذه الحياة.. الموت بدلاً من الحياة..

* إن الطفل الذي يولد ميتاً يسبب حزناً من نوع خاص.. فهو لم ياخذ مكانة خاصة ولم تنشأ معه علاقة.. أي لم يكن محدد المعالم كإنسان.. والأمّ لهذا تشعر أن جزءاً منها مات وليس شخصاً اعتبارياً.. لو أن الطفل عاش بعض الوقت بعد ميلاده لاختلف الأمر.. إذا ولد ميتاً فمن الصعب أن تنعيه أمه ككائن كان موجوداً، فهو لم يكن موجوداً ككائن حي على الإطلاق.

في هذه الحالة، فإن الأم تستعين بخيالها وتصوراتها..تتصوره وقد ولد حياً ونما وكبر وأكل ونام وضحك وبكى.. أحبها وأحبته.. تتصور حياة كاملة معه.. وحتى إن جاء بعد ذلك أطفال آخرون، فإنها تظل تتذكر هذا الطفل الذي ولد ميتاً.. وتكون الصورة التي في ذهنها من صنع خيالها.. صورة طفل كبير.

- وإذا ولد الطفل قبل موعده أو ولد وهو يعاني من مشكلة صحية تستدعي العناية المركزة وتم انتزاعه من الأب مباشرة قبل أن تراه أو يراه الأب.. فإن الأب والأم يكونان في حالة شديدة من القلق والتوتر.. وإذا مات الطفل بعد عدة أيام، فإنهما يتعرضان لصدمة قاسية يشوبها عدم التصديق بأنه قد مات.

إن شعورهما لا يختلف عن شعور الذي بنى بيتاً وحين جاء ليسكنه انهار البيت..

ومعاناة الأم تستمر ما استمرت الآثار الجسدية كانتفاخ الثديين باللبن وتراخي البطن وامتناع الدورة.

وتتعرض الأم في هذه المرحلة لحرج اجتماعي شديد.. فالأهل والأصدقاء والجيران والزملاء قد يمتنعون عن زيارتها لأنهم لا يعرفون ماذا يقولون لها من كلمات تعزية أو مواساة.

* وكذلك يتأثر الأخوة والأخوات.. وإذا كانوا صغار السن فإنهم لا يفهمون ما حدث.. ويعجبون كيف رجعت أمهم إلى البيت دون طفل.. وقد يعاني أحد الأطفال من الشعور بالذنب إذا كان قد شعر بالغيرة من الطفل القادم وكان يتمنى ألا يجيء.

وتتضاعف المشكلة لدى الاطفال إذا أصيبت أمهم بالاكتئاب.. وقد تقترب الأم أكثر من أطفالها وقد تهملهم إهمالاً تاماً ولمدة قد تطول، وخاصة إذا أصيبت بالاكتئاب..

ولا ننصح بأن تحمل هذه الأم إلا بعد مرور عام أو عامين.. فلا بد أن تمر بفترة الحزن كاملة وتبرأ منها.. لا بد أن تتخلص من كلّ مشاعر الغضب والذنب.. فليس من المعقول أن تكون مشاعر الأسى على الطفل الذي فقدته ما زالت موجودة.. بينما هي تستعد لميلاد طفل جديد.

لابد من مرور وقت كافٍ حتى تستعيد توازنها النفسي تماماً.. فالحزن على الطفل الذي فقدته قد يستمر سنوات وقد تصاب السيدة باكتئاب يطول مداه.

وواجب الطبيب أن يتحمل مسؤولية اتخاذ القرار مع الأب والأم.. هو - اي الطبيب - الذي يقرر إذا كانت حالة الأم النفسية تسمح بحمل جديد ام لا..

قد نأخذ هذه الأمور ببساطة ولا نتعمق بالقدر الكافي داخل الأم ولا نشعر ولا نرى الأشياء الدقيقة التي تعلق بمشاعرها وأفكارها.. إن المرأة التي انتظرت وترقبت وحلمت وحملت وعانت وتحمّلت وازدهت وخرجت وجاءت لحظة الآلام السارة لتخرج منها حياة جديدة، فإذا بها تلد ميتاً.. إنه حدث كالزلزال يسبب تصدعاً وشروخاً عميقة.

ويقصر أو يطول زمن الشفاء. ولكن تظل هناك شروخ دقيقة لا تُرى.. شروخ تجعلها تهتز بألم من وقت لآخر.. شروخ لا يراها إلا من مر بتجربة مماثلة او من كان له حس عميق يتواصل به مع آلام البشر.

× × ×

موت طفل

* ومن صفعات الحياة المؤلمة موت الابن.. وأيّة صدمة تبدو باهتة أمام صدمة الابن. والأم التي فقدت ابنها يتركز في قلبها كلّ مرارة العالم.. وكذلك يشعر الأب.. ولا أحد يتمنى الموت لنفسه مثل الذي فقد ابناً أو ابنة.. وكل شيء يموت بعد موت الابن أو الابنة.. وكل الصدمات تنسى إلا موت الابن أو الابنة.. تظل الأم ويظل الأب يعانيان طوال حياتهما وحتى لحظة موتهما.. لا شفاء من هذه المصيبة.

* أن يموت طفل صغير، فهذا ضد التوقعات. فقط الحوادث والأورام الخبيثة هي التي تخطف طفلاً.. لم يعد طفل يموت من الجوع أو من مرض عادي أو حمى معروفة.

* وقد يبدو من غير المقبول أن نقارن بين حزن الأم وحزن الأب.. فأحزان كلّ منهما بلا حدود ولا تقاس ولا تقارن مع أي حزن آخر.. إنها الأحزان جميعها مجتمعة.. إلا أنه للتحديد العلمي لا بد أن ترجح كفة أحزان الأم ولو بقدر ضئيل قد لا يشكل ثقلاً كبيراً بالنسبة لجبل الحزن الذي يجثم على قلب كل منهما.

والإخوة والأخوات يتأثرون حتماً لفقد الطفل.. وقد يعانون لوقت طويل.. وتزداد المعاناة وهم يشعرون باكتئاب الأب والأم.. والأمر قد يتعقد أكثر في حالة نفور من الأبوين من الأبناء الأحياء ولو لفترة من الزمان.. وقد يحدث العكس ويكون هناك اهتمام خانق.

وقد يشعر الإخوة بالذنب وخاصة من نظرات الوالدين التي تحمل معاني كثيرة حائرة مباشرة وغير مباشرة.. وقد يسمعون كلاماً مباشراً أي موجهاً إليهم مباشرة،

أو تناجي به الأم نفسها كأن تقول:

لقد خطف الموت أحب أبنائي.. أو يقول الأب: لقد خطف الأب أفضل أبنائي وأذكاهم.. ومشاعر الذنب تجتاح الأطفال الأحياء إذا كانت الغيرة مشتعلة بينهم وبين الطفل الذي مات.

ويتذكر الأطفال عبارات عادية كانوا يتبادلونها مع شقيقهم المتوفّى.. وهي عبارات يتبادلها كل الأطفال مع بعضهم البعض: كأن يقول طفل لآخر: سأقتلك.. أو أتمنى لو تموت.

وهنا قد يشعر الأطفال أنهم مسؤولون عن موت شقيقهم أو شقيقتهم.. إحساس بمسؤولية ما حدث لأن الله قد استجاب لدعواهم.

* وثمة شعور غريب يسيطر على الأم بالذات وهو أنها لم تعد تثق بالحياة.

* والموت المفاجئ يشكّل صدمة عنيفة.. موت مفاجئ غير متوقّع كأن يتعرض الطفل لحادث.. وقد تظلّ الأم منكرة حدوث الموت.. تظل في حالة تنميل يشمل كل أحاسيسها وأفكارها، وقد لا تذرف دموعاً، وهذا يشير إلى أنها ستصاب بحالة اكتئاب شديدة.

* وقد يتعرّض الطفل لحادث يكون من الصعب العثور بعده على جثته مثل الحرق أو الغرق.. فإذا لم يكن هناك جثة لدفنها، فإن الأم ستظل متوقعة أن تلتقي مع طفلها في أية لحظة.

وعموماً، فإن الموت المفاجئ غير المتوقع يؤدي إلى عدم التصديق.. وقد يطول عدم التصديق ويظل الشك الغريب لدى الأم أن ابنها من المحتمل لم يمت.

* وإذا مات الطفل سريعاً بسبب مرض خطير كالحمّى المخيّة، فإن الأم ستشعر بذنب شديد وستتهم نفسها بالتقصير والإهمال، وسيشعر الأب بأنه تأخر في عرض ابنه على الطبيب.. وقد يشعر الأبوان بالغضب الشديد تجاه الأطباء ويتهمانهم بالتقصير، وبأنهم السبب الحقيقي وراء وفاة الطفل.. وعلى الأطباء والممرضات أن يمتصوا مشاعر الغضب ويتركوا أهل الطفل لكي يخرجوا كل ما لديهم من أحاسيس غاضبة.. إنهم بذلك يحمون الأب والأم من الوقوع في الاكتئاب بعد ذلك.

* لا بد من الشعور بالغضب.. والأهم أنه لا بد من التعبير عن هذا الغضب.. ولا بد أن يتحمل المحيطون غضب الأم والأب.

* وقد يكون مرض الطفل مزمناً يستمر شهوراً أو سنوات طويلة، وذلك يسبب ضغطاً مخيفاً على الأسرة.. يعلم الوالدان بخطورة المرض وأن المآل إلى الموت.. ويمرّان بمرحلة الصدمة ثم مرحلة الاكتئاب.. وبعد ذلك يتفانيان في إسعاد الطفل المريض ويحيطانه بالرعاية الزائدة.. وقد يتصوران أن معجزة قد تحدث.. وعلى كل حال، فالأمل لا بد أن يكون موجوداً دائماً.. وعلى الأطباء أن يبعثوا الأمل لدى الوالدين ولكن بطريقة واقعية.

* قد يكون لا مفر من الموت بالنسبة لهذا الطفل المريض، ولكن الأمر قد يطول قبل أن يموت.. هذه الأسرة تحتاج إلى المساندة النفسية لأنها ترى طفلها ينتهي تدريجياً أمامها وهي عاجزة والطب عاجز عن إيقاف زحف الموت.. وفي خلال هذه الفترة تحدث درجة أكبر من الاقتراب من الطفل.. يرتبط الوالدان أكثر من

ارتباطهما بأي طفل آخر من الأصحاء.

والصدمة تكون أكثر إذا كان الطفل الأول هو محل اختيار الموت.. وعلاقة الأم بالطفل الأول هي علاقة خاصة وقوية.. فهذا الطفل الأول هو الذي جعل أمه تشعر بفخرها كأم.. والذكريات الأولى دائماً لا تنسى.. الخبرة الأولى في أي شيء لا تنمحي من الذاكرة.. التجربة الأولى في حياة أي إنسان تظل تحتل موقعاً في الذاكرة.

- وموت أي طفل يترك فراغاً لا يمكن ملؤه.. وكلّ أسرة ترى أن طفلها الذي فقدته بالذات كان يتميز بأشياء خاصة.. كان الأذكى والأخف دماً والأطيب.

- ومن المضاعفات الخطيرة أن طلاق الزوجين قد يحدث بعد وفاة الطفل أو تنشب خلافات عميقة.. وقد يحمّل الآخر مسؤولية وفاة الطفل ويظل حاقداً عليه مدى حياته.. والطرف الذي يشعر بالذنب هو الذي يظهر عدوانية أكثر.. فهو بذلك يدافع عن نفسه ضد الاكتئاب.. وكثير من العلاقات الزوجية اضطربت اضطراباً شديداً أو انتهت بسبب وفاة أحد الأبناء.

* وقد تضطرب العلاقة الجنسية بشدة.. أو تنتهي تماماً ولا يقرب الزوج زوجته بقية حياتهما أو ترفض الزوجة معاشرة زوجها حتى تموت.. فبعد وفاة الطفل يفقد أحدهما أو كلاهما الرغبة في أي شيء..

وقد يحدث العكس، فتتحسن العلاقة الجنسية تحسناً ملحوظاً وغير متوقع بعد وفاة الطفل.. وأن الطفل الذي مات يمثل الرابطة القوية الي تربط الزوجين، وبموته لم يعد يربطهما شيء فتنهار العلاقة.

* ووجود أطفال آخرين في الأسرة في سن الطفل الذي مات (ابناءالعم أو الخال مثلاً) يخلق مشاعر سلبية عديدة كبعث الذكريات والمقارنة.

* وقد تشعر الأم أن واجبها في الحياة بعد وفاة طفلها ان تجعل ذكراه حية دائماً ولا تجعله يفلت من ذهنها في أي لحظة.. وتستكثر على نفسها أن تستمتع باي شيء في الحياة أو تسمح لأي من أطفالها بالاستمتاع باي شيء.

* وقد يبتعد الأهل والأصدقاء عن الأسرة المنكوبة لأنهم يشعرون باسف وحرج شديدين، ولكن المواساة، في الحقيقة هامة جداً في هذه الحالة.. إن الوالدين يحتاجان إلى دفء الناس أجمعين.. إلى حضن العالم كلّه.. وقبل كلّ ذلك يحتاجان إلى يد الله تربت عليهم.. يحتاجان إلى صبر الأنبياء.. فالطفل الذي مات لا يعوض ولا يمكن أن يملأ فراغه أي طفل آخر.

* ويجب أن نساعد الوالدين في أن يتحدثا عن ابنهما الذي فقداه أو يتذكراه.. إن تجاهل ما حدث يضع الطفل الذي مات في صورة غير حقيقية ينسجها الخيال، ويضفي عليه صفات لم تكن موجودة فيه أصلاً.

* وقد يحاول الوالدان التعويض بإنجاب طفل جديد.. ولكن هذا أيضاً لا يعوضهما.. تلك حقيقة هامة يجب تأكيدها.. الطفل الذي مات يوضع دائماً في صورة مثالية، والطفل الجديد لا يمكن أن يرقى إلى الصورة المثالية للطفل الذي مات.

* ومن المفيد في العلاج أن نجعل الوالدين يعيشان رحلة الحزن كاملة.. وان يعبرا عن كل مشاعرهما.. وأن يلقيا المساندة من الأهل ومن الأصدقاء.. والا يفكرا

في طفل جديد إلا بعد مرور وقت كافٍ، وأن تكون هناك مساعدة طبية نفسية اذا عانى أحد الوالدين بشدة.. والعلاج يشمل الأم والأب معاً فالمصيبة واحدة حتى وإن اختلفت الأعراض عند كل منهما.. والطرف الذي يكبت مشاعره هو الذي سيعاني أكثر.

والعلاج قد يمتد إلى شقيق أو شقيقة الطفل المتوفى.. أي أن الأسرة كلّها قد تحتاج إلى العلاج النفسي.. وقد يقاوم أحد أفراد العائلة العلاج ويرفضه بشدة.. وهذا الطرف الرافض هو أكثر أفراد الأسرة معاناة وأكثرهم مرضاً ولكنه لاشعورياً ينكر ذلك بشدة.. وقد يدفعه ذلك إلى سلوك غير سوي كإدمانه الخمر أو المقامرة او يسلك سلوكاً شاذاً كأن يصفي أعماله أو يستقيل من عمله أو يهاجر أو يقرر الطلاق ويبدأ حياة جديدة.. الخ.

وتلك كلها مظاهر مرضية تحتاج إلى المساعدة الحاسمة.. ولا بد من تعاون جميع أفراد الأسرة لعلاج هذا الطرف الرافض للعلاج لأنه سينتهي بتدمير نفسه وإلحاق الضرر بالأسرة.

- وعلينا أن نصبر عليه ونتحمله لأن ناراً لا تهدأ ما زالت مشتعلة في قلبه.. وقد تنكمش أحياناً ولكنها أبداً لا تنطفئ.

طفل معوق

قد يكون الإنسان مغيباً، أو في شبه غيبوبة أو مشوش الوعي أو في حلم، أو تحت تأثير مخدر، ولكن داخله يصرخ بسؤال مُحيّر يدّل على أنه في كامل الوعي وكامل اليقظة، وداخله يأمل ويتمنى كأنه على موعد مع المستقبل، وداخله يخاف ويترقب وكأنه يخشى غدر الزمن.. ولا يفعل ذلك غير قلب مشحون بالحب، ولا يستيقظ قلب في غفلة عقل، إلا إذا كان هذا القلب يمتلئ بحنان يفرش الأرض والسماء.

هذه الأم وهي في سكرة من آلام الولادة، هذه الأم وهي مازالت تحت تأثير التخدير، هذه الأم وهي بنصف وعي تصرخ سائلة:

هل ابني سليم..؟ هذه هي أول كلمات تنطق بها بعد أن يخرج أحب مالديها إلى الوجود وأطلق صرخته الأولى التي لمست كل وجدانها وهزته فرحة ونشوى.. صرخته المبهمة تتحول في أذنيها إلى أعذب الكلمات: هأنذا يا أمي قد جئت إلى الوجود لكي أؤكد عظمتك ومقدرتك، لكي أثبت أنك قد أديت دورك العظيم على الأرض.. لكي أكون دليلاً على اكتمالك كأنثى.. فافرحي يا أمي ولتشملني روحك بحنانك اللامحدود، ولترفعني ذراعك إلى أمتع حضن هو أكثر الأماكن أمناً على الأرض، ولتصلني نبضات قلبك المسبحة بالحب الخالص لي، وليظللني صدرك لكي يرطب ويدفئ جسدي النحيل.. تهب منه نسمة عليلة كنسمات ليالي الصيف وتنبعث منه نفحات دافئة كشمس شتاء أسوان.. وليصب في حلقي قطرات الحياة من ثديك الذي يتدلى ولهاً وحباً لي. الآن أنا على سريرك يا أمي.

هنا تصرخ الأم، وهي نصف مغيبة وهي في شبه غيبوبة، وهي مازالت تحت

تأثير المخدر: هل ابني سليم.. وقد تتعالى أصوات فرحة جذلة: نعم.. هو مخلوق بديع جميل ينطق بشراً وحيوية وصحة ونضارة وأملاً.. وقد لا تسمع إلا صوت الأموات.. تصمت الوجوه التي كانت تصرخ منذ لحظات.. يموت كل شيء في الحجرة التي كانت تعج حركة وتدافعاً.. لا أحد يجيب عن سؤالها.

وهنا تستيقظ تماماً من غيبوبتها.. هنا تصحو من غفوتها، هنا تفيق من الحلم.. هنا يزول كل اثر للتخدير.. هنا والآن وبوعيها المجهد يتسرب لها بعض الشك.. لِمَ صمتت الوجوه.. لِمَ تلعثمت الألسن.. لِمَ افترس الموت جدران حجرة الولادة التي كانت من قبل تفيض بالحياة.. لماذا.. لماذا.. لماذا؟

ويصرخ في داخلها ولكن لسانها لا يقوى على الصراخ.. لأن صراخها سينبئها بأن ما كانت تخشاه قد وقع.. صراخها سيعلن النتيجة المؤسفة علناً وجهاراً وبصراحة مؤلمة: إن الطفل الذي أفرزته الآن طفل غير طبيعي.

* منذ اليوم الأول لإخصاب البويضة.. وهذا اليوم بالذات قد تتعرّف عليه المرأة قبل ظهور أي علامات تأكيدية .. إحساس يقيني ينبعث من رحمها بأن البويضة الملقحة قد وصلت بسلامة الله واستقرت على أحنّ وسادة.. وأن بداية حياة جديدة لمخلوق جديد قد بدأت دون أية أحاسيس جسدية أو علامات فسيولوجية يستقر في يقين المرأة هذا الشعور.. لقد نجحت البويضة في إغراء حيوان منوي لتفوز به وليفوز بها ويتحدا ليبدأا معاً مشروع حياة.

- ومنذ اللحظة الأولى التي تستقر فيها البويضة الملقحة على وسادة الرحم تنبعث من عقل الأم وساوس تأكل بعض ليلها وتلتهم بعض نهارها: هل سالد طفلا

سليماً.. وتتحوّل الوساوس إلى رعب تحبسه داخلها لا يطّلع عليه إلا خالقها.. وتضم شفتيها خشية أن يتحرك لسانها بكلمات تكشف عن مخاوفها.

لقد قرات وسمعت عن الأطفال الذين يولدون وبهم عيب خلقي.. أطفال مشوهين.. أطفال معوقين حين يكبرون.. طفل بقلب منقوب.. طفل بعقل مشطور.. طفل بذراع مبتورة.. طفل برأس معوجّ.

- قد تكون محقة قي مخاوفها إلى حد ما، فهي الآن قد تعدت الخامسة والثلاثين حيث تزداد احتمالات التشوه.

* وبعض هذه المخاوف تكون غير واقعية ومبالغاً فيها، ولا اساس لها.. وهنا تكون المشكلة داخل عقل الأم، فهي مريضة بالمخاوف أو الوساوس ولا حيلة في المخاوف ولا شفاعة في الوساوس.

* والمرأة العاجزة النفسية.. المرأة التي تشك في أنوثتها والتي تفتقد الثقة في قدراتها قد تنتابها مثل هذه المخاوف.. مخاوف أن يولد طفل مشوه.. طفل غير طبيعي.. طفل ناقص التكوين، وبهذا يتأكد فشلها وعجزها ونقصها.

* ولكن معظم الأمهات-لأنهن أمهات-يكون لديهن شعور داخلي بأن الوليد سيكون سليماً بإذن الله وبرحمته ورعايته.. تشعر الأم بانها أهل لأن يولد لها طفل سليم صحيح جميل كامل العقل والجسد تفخر به ويفخر بها إن استطاع أن يعبر بكلمات منطوقة.

* إن معظم النساء يثقن بمقدرتهن ويشعرن بأحقيتهن في كل شيء جميل.

* كم هو مخيب للآمال، ومحبط للنفس ومحطم للقلب.. كم هو محزن ومبك

ومؤلم أن يولد طفل غير سليم لأم سليمة أو تبدو سليمة أو تشعر أنها سليمة، وأن من حقها أن يولد لها طفل سليم.

* مصيبة في البداية.. تتحول إلى محنة.. محنة ليست قصيرة المدى.. ولكنها طويلة المدى.

* الأم قد تدرك الحقيقة فور مجيء الطفل.. تدركها من الوجوه الصامتة ومن الألسن المتلعثمة، ومن البشاشة التي تموت فجاة على الشفاه.

* وقد لا تدرك الحقيقة إلاّ بعد مرور وقت غير قصير.. شهور.. حين لا ينمو الطفل بالمعدلات الطبيعية.. حين تتاخر علامات النمو كالجلوس والمشي.

* وهنا تبرز أهمية الصراحة والوضوح من جانب الطبيب.. ولِمَ التاخير في إعلان الحقيقة..؟ في لحظة ما ذات يوم ستعرف الأم كل شيء.. فلِمَ التاخير والتلكؤ ولمصلحة من..؟

إن من واجب الطبيب أن يعلم الأم بالصورة كاملة.. عدم الصراحة يزيد من مخاوف الأم ويطيل مدة حيرتها.. والحيرة شقاء.. والأمهات خبيرات في قراءة الوجوه وخاصة في لحظات الترقب أو الانتظار لشيء ما.. في هذه اللحظات تكون في قمة الانفعال.. وخاصة وهي في أوج إحساسها.. الوجوه الصامتة تنطق بكل الحقيقة.. الوجوه الصامتة أكثر فصاحة وأكثر صدقاً من الألسن الكاذبة الناعمة.

× × ×

- آجلاً أو عاجلاً تعرف الأم الحقيقة.. وتكون الصدمة.. يالله لقد تحققت

مخاوفي.. يالله لقد صدقت هواجسي وظنوني لقد كنت واثقة أن الدور سيصيبني.. هذه هي اللطمة لمستقبلي وأسرتي.. لقد ولدت طفلاً غير سليم.. طفلاً مشوهاً.

* وبعد الصدمة تأتي الأفكار.. وهي حيلة لا شعورية لحماية الإنسان من هول الصدمة.. لتأخذه بعيداً عن الواقع لبعض الوقت.. لا.. لا.. هذا مستحيل.. لقد أخطأ الأطباء.. لقد كذبت الوجوه الصامتة.. إن ابني سليم.

* ولكن الأيام تثبت وتؤكد أنه غير سليم.. يا أحزان العالم تجمعي واستقري في داخلي.. واملأي فراغات نفسي.. إن أحزان العالم لا تكفي.. هذه هي الحقيقة التي عليّ أن أواجهها.. أن ابني غير سليم.. ابني سيصير معوقاً.

- والحزن هو إحباط وشعور بالفشل ولوم الذات وتأنيب الضمير.. الحزن تراجع وانهزام واستسلام.. الحزن انصهار في بوتقة الألم.

* والحزن ألم بالداخل.. وهذا يكوّن خفوق القدرة على الاحتمال.. ولهذا فهو يفضي إلى الغضب.. غضب شديد إلى حد رفض الطفل وإنكار وجوده.. لا.. لا.. لا أريده هو ليس مني.. ولذا لا أريد أن أراه.. لا أريد أن ألمسه.. لا أريد أن يحدثني أحد عنه.. لقد عرفت الحقيقة وكفى.. والآن لا يخصني.. ولذا لا أريد أن أنسى أن هذا قد حدث.. وإذا قبلت المناقشة عن المستقبل فهذا اعتراف مني أن هذا قد حدث.

* ويأيها الأطباء، ويأتيها المرضات، هذه هي ساعتكم وهذا هو دوركم الآن.. ساعدوا هذه الأم البائسة على تقبل وليدها غير الطبيعي.. الآن وليس غداً ساعدوها أن تنظره بعينيها.. ثم ساعدوها أن تلمسه بيديها.. ثم ساعدوها أن ترفعه إلى

صدرها.. ثم ساعدوها أن تبرز له احد ثدييها.

* ستقول لكم الأم أنها لا تعرف.. لا تصدقوها.. إنها تعرف ولكنها تخاف. لِمَ هي تخاف؟ إنها تخاف من نفسها.. إن يدها تتمنى لو أنها التفت حول عنق الطفل المشوه حتى يلفظ آخر أنفاسه.. إن ثديها يتمنى لو أنه سد منافذ الهواء الداخل إليه لتتوقف نهائياً حركة التنفس المطالبة بالحياة. هي تتمنى موت الطفل لا بعقلها الواعي ولكن بعقلها الباطن.. وهذه الأمنية التي يرفضها عقلها الواعي وتجعلها ترتعب.. ولذا هي تخاف.. تخاف أن تنظر إلى الطفل.. تقشعر من ملمسه.

* وعجيبة هي قلوب الأمهات.. إذ قد يحدث العكس تماماً.. فتقبل على الطفل بحنان بالغ يفوق حنان أي أم جاءت بطفل طبيعي.. ترعاه وتسهر عليه ولا تملّ النظر إليه وتهب كل ذاتها له وتهب كل لحظات حياتها له.. رعاية زائدة غير مطلوبة وغير محسوبة على حساب الأطفال الأصحاء، وعلى حساب زوج يشاركهم الألم.

* وبين الأم الرافضة والأم المقبلة توجد الأم الحائرة.. شك.. عدم تأكد.. عدم وضوح.. كلّ شيء مبهم ضبابي، وتحاول الأم الحائرة أن تلمس أرض الواقع.. أن ترسو على شط الحقيقة.. فابنها يبدو بعيداً عنها.. بعيداً لا يسمح ببناء الرابطة.. تلك الرابطة التي تنشا وتدعم بين الأم وابنها في الأيام الأولى.

× × ×

* صدمة فإنكار فحزن واكتئاب وأسى.. وكان الطفل ولد ميتاً.. وهذا موقف يبدو عجيباً ومؤلماً ومدعاة للعار.. لقد خلقها الله لتلد الحياة فإذا الاختيار يقع عليها

لتلد الموت.. كيف يولد الموت مع أن الموت نهاية.. كيف يصبح الميلاد موتاً ونهاية.. إن الميلاد لا يكون إلا للحياة.. اي شيء حي.. ولكنها لسوء حظها وفشلها ولعدم أهميتها ولضعف إمكاناتها، فإنها لا تلد إلا الموت.

× × ×

* وما حدث صحي وضروري.. أي يجب أن تمر بكل هذه الأحاسيس الخائبة.. أي لا بد أن تشعر بخيبتها وفشلها وعدم قيمتها.. يجب أن تشعر بالغضب وأن تعبر عن غضبها حتى وإن حطمت كل شيء حولها.. يجب أن نسمح لها بفرص التعبير عن كل تصدّعات داخلها.. يجب أن نتيح منفذاً تنطلق منه كل الحمم الحارقة من داخلها إلى خارجها مثلما خرج ميتاً من داخلها إلى خارجها. هذه هي البداية في طريق الشفاء الذي قد يطول إلى شهور طويلة وقد تتتابع إلى سنوات.

* والأب يجب أن يشعر هو أيضاً بخيبة الأمل.. وهذا معناه أن يجتمع كلاهما على الشعور بالمسؤولية تجاه الطفل المعوق. هو عن حيوانه المنوي، وهي عن بويضتها.

* والأسر المتوسطة تكون أحلامها بسيطة.. طموحاتها معقولة.. الأسر المتوسطة تسعد بالقليل وتراه كثيراً.. الأسر المتوسطة هي مولدات الحب الذي يشيع في أرجاء الوجود.. هذه الأسر المتوسطة تفقد أحلامها بمجيء طفل غير سليم.. تتسرب آمالها مثل تسرب المياه في رمال الصحراء.

* ويندهش الأطفال لحالة الحزن التي تغشى البيت.. يندهش الأطفال لعودة الأم وقد تراجع بطنها وخلت يداها.. ويتساءلون في صمت: أين من حدّثتنا عنه طويلاً؟

أين المزاحم لنا الذي ضايقنا قبل مجيئه؟ هل استجاب الله لدعائنا فذهب إلى غير رجعة.. ولذا يشعر الأطفال بالذنب.

* وتزداد الأعباء شهراً بعد شهر وليس سنة بعد سنة.. في كل يوم يكبر الطفل غير الطبيعي... الطفل غير السليم.. وتظهر إعاقته بوضوح.. ويحتاج لمزيد من الرعاية والجهد والوقت.. يتراجع كل شيء إلى المرتبة العاشرة: بقية الأطفال.. الزوج.. شؤون البيت.. لا شيء يتقدم على طفلي المسكين.

* يغرق الأب في عمله.. يكسوه الاكتئاب ويغمره الإحساس بأنه نموذج سيئ.

* إن الأسرة تكون في حاجة إلى إعادة تشكيل حياتها.. إنها ليست مثل اي أسرة.

* والمتاعب لا تنتهي.. كل مرحلة لها متاعبها اي أنها تضيف متاعب جديدة إلى متاعب قديمة.. وذلك حين ينمو الطفل ويكبر ويدرك هو ذاته أنه مختلف وانه غير سليم وانه معوق.

وهنا نشير إلى اهم ما في هذا الموضوع: هذا الطفل الذي ولد معوقاً، سيدرك في وقت ما انه معوق وسيعترض ويرفض وسيثور وسيضطرب سلوكه، وسيكون من الصعب معالجته.

ولهذا يجب أن نتنبه إلى هذه النقطة منذ البداية، وإليكم الحقيقة العلمية الآتية: الطفل المعوق الذي يلقى الرعاية الهادفة والحب الواعي ويلقى الدعم الهادف ليواجه الحياة بما فيه من إعاقة، فإنه ينمو نمواً نفسياً أقرب إلى الطبيعي شاعراً بالأمان وبالثقة ويتكون لديه الدافع لتعويض إعاقته عن طريق تنمية إمكانات أخرى لديه..هذا هو لب موضوع هذا الفصل.. إننا نريد حقاً أن نمسح دموع الوالدين ولكن

بأسلوب عملي و واقعي.. ولا شيء يمسح هذه الدموع ويخفف من الآلام التي سربتها، إلا أن نجد الطفل المعوق وهو مقبل على الحياة بشجاعة وحماس بحد أدنى من المعاناة النفسية.

× كثير من الأمهات لا يجدن أي صعوبة في رعاية الطفل المعوق جسدياً.. ويكون هذا الطفل كالديناميت الذي يفجر الصخور الصلبة.. هذا الطفل المعوق فجر لدى هذه المرأة كل مشاعر الأمومة.. ومشاعر الأمومة الحقة هي العطاء بلا حدود وبلا مقابل، والتفاني حتى الموت من أجل حياة الآخرين.

إن هذا الطفل المعوق يعطي هذه المرأة التي هي أمه فرصة لا تتاح لأي امرأة أخرى.. إنه يتوجها بتاج العطاء السامي الذي يعطي المعنى المطلق للأمومة حين تتجسد في أجلى وأقصى وأبدع وأكمل وأزهى صورها.

* والتخلف العقلي يسبب مزيداً من الخزي والإحساس بالعار والرغبة في التخفي والاختفاء عن أعين الناس، حيث يشعر الوالدان بالمسؤولية المباشرة وأن المتخلف عقلياً لا يأتي إلا من حيوان منوي متخلف أو من بويضة متخلفة.

والحق أن كثيراً من أسباب التخلف العقلي مجهولة حتى الآن.. واكتشاف الطفل المتخلف عقلياً يأتي متأخراً حين يتعثر الطفل في العبور بمنعطفات النمو الطبيعي.

* هذا الطفل يمتص كل طاقة الأم ووقتها وصحتها واهتماماتها.. هذا يمتص حياة الأم.

× × ×

* وقد يولد الطفل طبيعيا.. وينمو نمواً طبيعياً كبنية جميلة قوية تسابق الأيام وتصمد للعواصف.. ولكن تهب رياح سامة فتصيبها بالمرض وتقعدها وتوقف نموها إلى أن تموت يوماً.. وهذا ما يحدث للطفل السليم حين تصدمه سيارة غاشمة أو يهاجم مخه فيروس متوحش فتتخلف إعاقة جسدية او عقلية أو عقلية وجسدية معاً.

هذا الطفل عاش حياة العافية.. الحياة الطبيعية.. ولكنه الآن معوق.. عاجز عن الحركة.. أو عاجز عـــن الفهم.. أو عاجز عن الحركة والفهم معاً. إنه مختلف عن الطفل الذي ولد معوقاً.. هــذا الطفل له مشاكله المختلفة ويحتاج إلى رعاية مختلفة.

* الطفل المعوق قد يحطم العلاقة الزوجية.. وقد يفهم من ذلك أنه القشة التي قصمت ظهر البعير. بمعنى أن العلاقة الزوجية كانت تنتظر مجيء هذا الطفل المعوق لتجد المبرر لنهايتها.. ليس هذا هو المقصود.

الطفل المعوق له من قوة التدمير ما يحطم أي علاقة زوجية قوية ومتينة لأنه يسرق من الأسرة كل آمالها وطموحاتها وتوقعاتها المتفائلة من المستقبل.. إنه يقضي على اهتمامات الأسرة وقدرتها على الاستمتاع.. إنه يغير طعم وشكل الحياة تماماً.

* الإحساس بالأسى والأسف قد يصبح مزمناً أي مدى الحياة، ولا تستطيع الأم أن تتخلص منها.

* والمشاكل تزيد وتنعقد كلما كبر الطفل المعوق.. وأخطرها مشكلات المراهقة.. وأخطرها المشاكل الجنسية.. وأخطرها تظهر بين المتخلفين عقلياً حيث لا

إدراك للواقع ولا سيطرة في التعامل مع هذه المشكلة والتي تحتاج فعلاً إلى استشارة طبيب للحد من خطورتها.

× × ×

* والآلام لا تنتهي.. يكبر الطفل المعوق ولكنه يظل معتمداً على والديه.. ويكبر الوالدان.. تضعف القوى الجسدية والنفسية.. ويداهمهما مخاوف جديدة: ماذا سيفعل هذا المخلوق من بعدنا.. من سيحميه.. من سيطعمه.. من سيرعاه.. وينهي الأب والأم حياتهما وهما مهمومان بهذه المشكلة.. ليس فقط بدافع الإحساس بالمسؤولية ولكن بدافع الحب.. أي حب!! إنه حب نشأ على مدى سنين طويلة.. حب يفوق الحب الموجّه للأبناء الأصحاء.

إن ثمة علاقة غريبة تنشأ بين الطفل المعوق وبين والديه وخاصة الأم.. يصبح الطفل المعوق محور حياة الأم.. تحبه حباً جماً.. تشعر بان حياتها معلقة بحياته وأنها موجودة في الحياة لرعايته وليس للاهتمام بأي شيء آخر.. وتقلق بشدة إذا مرض أو تعرض لأزمة صحية حرجة.. ربما تنزعج من اجله اكثر مما تنزعج لمرض الابن السليم.. سبحان الله في خلقه لقلب المرأة وتشكيله لعواطف الأم.. إنّها راعية الحياة حتى في صورتها المعوجّة غير الصحيحة.. ولا استمرار لحياة مخلوق دون امرأة ترعاه.. تحمل في جنباتها قلب أم.

* وإخوته وأخواته يعانون أيضاً.. تنتابهم مشاعر الذنب حين يرون إعاقته ثم ينظرون إلى أنفسهم فيجدون أنهم مستمتعون بنعمة الجسد السليم، ونعمة العقل الواعي.. وتزداد مشاعر الإثم حدة إذا كانوا يتمنون من عقلهم الواعي أو الباطن

موت هذا الشقيق المعوق.. إنها امنيـة قد تغلّفها النوايا الحسنة حين يرون أن في ذلك راحة لأمهم المسكينة التي تعذبت طويلاً بسببه وحرمت من ابسط متع الحياة.

× × ×

* الطفل المتخلف عقلياً والطفل المعوق جسدياً يستطيع كل منهما أن ينعم بحياة أقرب إلى حياة الطفل الطبيعي إذا توافرت لهما الرعاية النفسية السليمة منذ البداية.. ثم ياتي بعد ذلك دور التاهيل وهو فرع من الطب احرز تقدماً هائلاً في السنوات الأخيرة.

* على الطبيب ان يصارح الأم منذ لحظة اكتشافه حالة الطفل.

* فمن واجبه ان يشرح للأم طبيعة الحالة وإمكان العلاج أو المساعدة ورؤيته بالنسبة للمستقبل.

* يجب ان تمتد المساعدة النفسية للأسرة لتتكيف وتحمي نفسها من الانهيار.. وكذلك مساعدتها في الرعاية الصحية بالطفل المعوق.

* التاكيد على حماية الطفل المعوق من المضاعفات النفسية.. الإعاقة النفسية اصعب وأعقد من الإعاقة الذهنية أو الإعاقة الجسدية.

* إعداد الطفل المعوق ليعتمد على نفسه بقدر الإمكان. هذا قدر بعض الأمهات.. قدر لا تملك الأم امامه حيلة.. صدمة فإنكار فحزن فتقبل.. ثم حب عنيف وجارف للطفل المعوق.. حب يجسد ارقى معاني الحب: احبك وانت مشوه.. وانت متخلّف.. وانت معوق.. وانت دميم.. وانت ضعيف.. وانت لا شيء.. وانت لن تكون شيئاً أحبك وإن لم تعطني ما افخر به.. احبك وإن اجهدتني وارهقتني ليل نهار.. لا أريد منك

شيئاً.. لا أريد منك مقابلاً.. اريدك فقط سعيداً هانئاً.. اريدك ان تحبّ الحياة.. أريدك اقل شقاء ومعاناة.. انت افضل ابنائي واحبهم إلى قلبي.. يكفيني منك أنك جعلتني أشعر انني ام حقيقية.

امرأة في محنة

الخط الأساسي لسلسلة «المرأة والطب النفسي» لا يتعرض للأمراض الشائعة والمعروفة التي تستطيع أن تراها العين المجردة دون خبرة سابقة ودون تعاطف خاص، وإنما يحاول أن يكشف عما هو أصعب وأعقد وأخفى.. قد لا تكون أمراضاً ولكنها مواقف وأحداث وأحوال تهزها وتحزنها وتؤلمها.. وذلك لأنها امرأة بشكل عام، وأيضاً لأنها ذات طبيعة معينة بشكل خاص.

* تنفعل المرأة بحزن خاص وتستجيب بألم غامض وتسلك بطريقة غريبة ما يستعصى فهمه على العين المجردة محدودة الخبرة ذات المشاعر المحايدة.

أسرار حزنها وألمها وسلوكها تحتاج إلى عين مدقّقة واعية، وخبرة حية ثرية وأيضاً تعاطف من نوع خاص يجعلنا قريبين من عقلها وقلبها ويجعلها قريبة منا فتسهل علينا المرور إلى داخلها.

* والمرأة أحياناً تكون كالطفل.. فالطفل إما أن يعبّر عن نفسه بشكل مباشر فيضحك أو يبكي ويصرخ ألماً وحزناً وفي أحيان أخرى يكتم مشاعره وتظهر عليه أعراض أخرى فيضطرب نومه وطعامه ويوجعه بطنه أو يختل سلوكه ويسوء خلقه.

وهكذا المرأة.. إما أن تفيض مشاعرها بشكل مباشر.. وإما عن قصد أو دون قصد تنطوي على آلامها وأحزانها وتكتم مشاعرها وتلجأ لا شعورياً إلى التعبير بوسائل أخرى من خلال آلام جسدها أو اضطراب سلوكها.

* فالمرأة التي تضطرب عواطفها وتشعر بالفشل والإحباط، أو التي تتعرض للقهر والنبذ، أو التي يداهمها الاكتئاب قد لا تبدو عليها أية مظاهر يدركها من حولها..

قد تبدو من على السطح طبيعية تماماً، ولكن يضطرب سلوكها اضطراباً خطيراً.. فتسرق أشياء لا تحتاجها، أو قد تندفع وتلتهم كميات ضخمة من الطعام، أو قد تفقد شهيتها إلى حدّ يهدد حياتها أو قد تؤذي نفسها دون إرادتها فتنتزع شعر رأسها أو تجرح وجهها لتشوهه.. أو قد تتحول إحباطاتها ومشاعرها المقهورة الحزينة ناحية طفلها فتنبذه وترفضه أو تضربه وتؤذيه.

* والمرأة قد تواجه مواقف صعبة تزلزل كيانها وتفقدها توازنها وتقلب حياتها ولا تدري ماذا تفعل غير أن تستسلم للألم والحزن.. ومن أصعب المواقف أن تفقد شريك حياتها عن طريق الموت.. بعض النساء يمتن بعد موت شريك الحياة.. وبعضهن يصبن باكتئاب لا يشفى أبداً.

* والطلاق أيضاً كارثة في حياة المرأة حتى وإن سعت هي إليه.. حتى وإن كان سيخلّصها من متاعب وآلام كثيرة.. إلا أن آلام الطلاق أكبر.. تفقد توازنها وتنقلب حياتها رأساً على عقب وتحتاج إلى وقت طويل لتتكيف مع الحياة الجديدة وتستعيد توازنها.. بعض النساء يرفضن الطلاق مهما كانت قسوة الحياة مع رجل بلا قلب وزواج بلا حب.

* والزواج الثاني قد يحمل معه مشكلات ومتاعب من نوع جديد.. تصاب المرأة بالقلق وتزعجها الوساوس والمخاوف قبل الإقدام على هذه الخطوة فهناك توقع للفشل، وهناك عصيان أطفالها ورفض أطفال زوجها وهناك شماتة الناس في انتظارها إذا هي طلقت للمرة الثانية.

* والمرأة بالذات قد تتعرض لصدمات في طفولتها تدمرها وتترك آثاراً سيئة

تمتد إلى علاقتها بزوجها وأطفالها وكلّ علاقاتها بالناس.

ومن أخطر الصدمات الاعتداء الجنسي الذي قد تتعرّض له طفلة في السنوات الأولى من حياتها وهي لم تتعد بعد العاشرة من عمرها.. والمصيبة أن هذا الاعتداء قد يأتي من الأب أو الأخ.

إن هذا المعتدي الآثم يدمر مشاعرها الجنسية وعواطفها تجاه الرجل وربما أيضاً عواطفها تجاه أطفالها.. تفقد الثقة بالناس ولا تقوى على حب أحد.

قد لايدري أحد بما حدث لها وقد تنسى هي الأمر ولكنه يظل قابعاً في العقل الباطن باحثاً بذرات غير مرئية تسمّم حياتها.

* وأخيراً هناك امرأة مدانة برغم أن ما نتصوره انحرافاً منها هي غير مسؤولة عنه.. هكذا خُلقت، أو هكذا صاغتها الظروف فنشأت وبها ميل طاغ تجاه المرأة وليس الرجل.

وقد تقاوم رغبتها، قد تحاول أن تكون طبيعية فتنتمي إلى رجل ولكنها تفشل.. ويأخذ منها الناس موقف الإدانة وتتعرض للنبذ الاجتماعي وربما تتعرض للإساءة.. وتلك قسوة من المجتمعات التي لا تعرف طبيعة هذه الحالة.. ولذا وجبت الإشارة إلى طبيعة وتكوين هذه المرأة لنحاول أن نفهم وأن نساعد بدلاً من أن ندين ونشكك.. فهي ليست امرأة آثمة وليست امرأة شاذة ولكنها امرأة مختلفة.

* وما زال هناك قائمة طويلة بآلام خفية وأحزان دفينة لا نعرف عنها شيئاً أو نتناولها ببساطة لا تتناسب مع حجم معاناة المرأة.. وهذا هو ما سيتعرض له إن شاءالله الجزء الثالث من «المرأة والطب النفسي».. سيتعرض للآلام الرهيبة التي

تتعرض لها المرأة حين ينتزع منها ثديها أو رحمها لأسباب طبية فتشعر وكأنما انتزعت عيناها الاثنتان أو ساقاها أو ذراعاها.. تشعر أنها فقدت أنوثتها وذاتها وكيانها.. تشعر أنها لا شيء.

* سيتعرض الجزء الثالث لمشاعر المرأة الدفينة عندما تتعرض للغيرة.. إن الغيرة شعور إنساني طبيعي ينتاب المرأة والرجل.. ولكن المرأة مختلفة تماماً عن الرجل وهي تغير.. إن غيرة أية امرأة تنطوي على آلام لا يشعر بها أحد.. وتغير لأسباب قد يصعب فهمها.. وفي بعض الأحيان تأخذ غيرتها ابعاداً مرضية تهدد سعادتها وتهدد صحتها النفسية.

* والمرأة قد تتعرض لموقف سخيف حين ترتبط برجل يقبل عليها ويظهر حباً ورغبة صادقة ولكنه ينسحب فجاة بلا مبرر.. ولسوء حظها قد تتعرض للموقف نفسه مرة ثانية فتضطرب وتفقد الثقة بنفسها ويعصرها الغضب والألم.. ولكن هل تعلم المرأة أن سوء حظها قد أوقعها في رجل غير سويّ. رجل لا يستطيع الالتزام ويهرب من الارتباط بأية امرأة!!

* ومن اصعب الموضوعات واعقدها موضوع الخيانة.. والسؤال: هل نرمي كل الخائنات بالحجارة؟.. هل يتساوين في الإثم؟ هل توجد يد خفيةتدفع المرأة أحياناً للخيانة؟ وهل الخيانة خطيئة دينية ام أخلاقية أم اجتماعية ام قانونية؟ كيف نصنف هذا السلوك الإنساني؟ هل للطب النفسي رأي في خيانة بلا أسباب واضحة وخيانة لها أسباب واضحة وخيانة لها أسباب ودوافع قوية؟ وهل يجوز لنا أن نبرر الخطأ؟

* الطب النفسي لا يناقش السلوك الإنساني من منظور أخلاقي قيمي، كما لا يبحث عن المبررات الاجتماعية ليفسر السلوك، ولا يتعامل مع التأثير المباشر لمشكلات الإنسان المعاصر وإنما هو يذهب إلى أبعد من ذلك: إلى سنوات التكوين الأولى، إلى تفاعلات البيئة مع التكوين الموروث على مدى مراحل النمو المختلفة؛ إلى تفاعل كل شخصية على حدة مع مشكلاتها المعاصرة.. الطب النفسي يرى.كل إنسان كوحدة مستقلة.. كيان خاص.. قيمة منفردة.. ذاتية الفرد هي قضية الطب النفسي.

* من هذا المنطلق سنناقش هموم المرأة وهو أمر صعب قد لا يتحقق له إلا نجاح نسبي.. إنه في صعوبة من يحاول أن يمسك بعينه أول خيط نور يبزغ من بطن ليلة معتمة منذراً بالفجر.

موت شريك الحياة

* إنه من الأحداث الخطيرة التي يمكن أن تواجهها المرأة في الجزء الأخير من حياتها بعد عِشْرة دامت سنوات طويلة بحلوها ومرّها.. وهو حدث لا يقل فظاعة وضراوة عند بعض النساء عن فقد الابن.. وفي أحوال قليلة عند بعض النساء يكون فقد شريك الحياة الحبيب أشد قسوة وأكبر تأثيراً من موت الابن.

* ينقلب حالها رأساً على عقب.. فهو زلزال خطير يهدم سقف حياتها.. وهو بركان فظيع يحرق جدران أمنها.. وهو فيضان هائج يكتسح سدود حمايتها.. وهو إعصار أهوج يطيح بكل ما هو ثابت وراسخ على سنوات عمرها.. زلزلة خطيرة للنفس قد تطيح بالعقل.

* كل شيء يبدو غريباً غير مألوف.. ولا معنى لأي شيء.. لا معنى.. لا معنى.. كل شيء فقد قيمته وبريقه وأهميته ووزنه.. أي شيء يصبح لا شيء.

* إنه لشيء فظيع ومرعب أن تصبح وحيدة بعد أن ظلت لمدة طويلة من حياتها نصفاً في ثنائي امتزج وكون وحدة مترابطة.. تصبح الحياة خاوية فارغة وبلا أمل.. كما تفقد أي معنى لأن تمضي وحدها بقية الرحلة.. لا معنى للاستمرار فهي انتهت أو هكذا تشعر.. فقدته ففقدت نفسها، فالثنائي المتحد إذا انشطر وفقد نصفه فإن النصف الباقي يصبح عديم القيمة.

* ولا معنى لأن تفعل أي شيء ما دام أنه لم يعد هناك الشريك الرفيق الحبيب الذي يشاركها ما تفعل ويكون شاهداً أو مراقباً أو مستمعاً أو معترضاً.

وهنا يكشف الوجود عن معنى رائع للحياة.. ومعنى الحب.. ومعنى المتعة، معنى السعادة، وهو أنه لا معنى لأي عمل أو لأي قيمة أو لأي شيء جميل أو أي خبرة إذا

لم يكن هناك من يشاركنا فيها..

إن عيون الآخر ومشاعر الآخر وأنفاس الآخر وتمتمات الآخر. هي روح أي خبرة في حياتنا.. فإذا مات الآخر انسحبت الروح من كل شيء فأصبح كل شيء ميتاً.

وكلما كان هناك اقتراب وحب وألفة كان أثر الفقد عظيماً ومستمراً لزمن طويل وقد يستمر مدى الحياة وقد يعقبه الموت الحقيقي الفعلي للنصف المتبقي.

* إعادة التوازن بعد الفقد تحتاج وقتاً قد يطول كثيراً.. إن التحول من زوجة إلى ارملة امر لا يمكن أن تستوعبه بعد الموت مباشرة.. الأمر يستغرق وقتاً حتى تدرك بوعي كامل أنه مات.. أي أنها أصبحت وحيدة.. أنها فقدت لقب الزوجة.. أنها تحمل الآن لقب أرملة وعليها أن تعيش كأرملة وحيدة بلا رجل.

* والإنسان أيّ إنسان يعيش دائماً بإحساس عدم التصديق للموت.. والإنسان لا يستطيع أن يتصور نفسه ميتاً.. هذا الخاطر نرفضه، وهذا الإحساس نبعده وتلك الأفكار نطردها.. نتناسى الموت ولا نصدق اننا سنموت.. وأيضاً لا يمكن أن نتصور أن أحباءنا سيموتون ولا نتصور الحياة دونهم.. ولهذا لا نفكر في الموت ولا نتحدث عنه.

* والخوف يستولي على الإنسان إذا تصور أن من يحبه قد يموت.. إن هذه الفكرة تزلزل وجدان الإنسان وقد تفجر لديه كل طاقات الحب الكامنة.

قد تعيش مع إنسان ما وعواطفك نحوه قد تبدو فاترة، وقد يشكو هذا الإنسان من لا مبالاتك وبرودك وعدم اهتمامك دون تعمد.. قد تكون هذه هي شخصيتك.. قد يكون ذلك هو أسلوبك في الحياة.. قد تكون هذه طريقتك الباردة في التعبير

عن عواطفك. قد تكون من النوع الذي يخشى الاقتراب كثيراً... قد تكون منشغلاً بعملك واهتماماتك الكثيرة المتعددة وطموحاتك.

وفجأة يمرض هذا الإنسان الذي يحبك كثيراً وتحبه أنت بدرجة أقل.. ويطلّ شبح الموت.. هنا يتبدل حالك تماماً.. تهوي كل جبال الثلج التي بداخلك.. يتدفق حبك وحنانك نحو الإنسان الذي تصورته أنه سيموت، والذي عشت سنين معه بأعصاب هادئة وعواطف محدودة.. إن شبح الموت هو أكبر مفجر لعواطفنا تجاه الآخرين.

* نحن لا نفكر في الموت ولا نصدق أننا سنموت ولا نصدق أن أحباءنا سيموتون مع أن الموت حقيقة واقعة لا محالة.. شيء لا هروب منه.

إن مواجهة الموت أمر لا يمكن تصوره أو تخيله.. إن المرأة التي تفقد شريك حياتها تواجه موقفاً جديداً وغريباً وصعباً، قد يكون من القوة والعنف حيث يؤثر تأثيراً خطيراً على حياتها وحياة الآخرين.. وإذا لم تكن تتوقع ما قد يمكن أن تواجهه فإن الأمر يكون مرعباً ومخيفاً.

- قد تحاول المرأة أن تتماسك وأن ترتدي وجهاً شجاعاً ولا تدع فرصة للآخرين أن يشعروا كم هي حزينة.. ولكن إخفاء العواطف وإنكار الحزن والتماسك الزائف قد يعرضها بعد ذلك لمضاعفات خطيرة.

× × ×

* اللحظة الأولى بعد الموت: هي الصدمة وعدم التصديق وخاصة إذا كان الموت مفاجئاً وغير متوقع.. كأن يموت الزوج في حادث أو بعد أزمة قلبية وخاصة إذا

جاء إليها خبر الموت والزوج بعيد عنها.. كان يموت في الطريق أو في مكان عمله.. وأيضاً إذا كان الموت متوقعاً بسبب مرض خطير فإن رد الفعل الأول هو عدم التصديق.. مستحيل أنه مات .. إنه لم يمت.. لا أصدق.

* وإذا لم تر الزوجة جثة زوجها فإنها تظل غير مصدقة.. إنه سيظل في ذاكرتها صورة واحدة فقط وهي صورته وهو حي.. إن التأكد الوحيد والقاطع من موته هو عدم وجود حياة في جسده.. سيستمر لديها عدم التصديق إذا لم تر زوجها بعد موته.. لكي تصدق أنه مات.. لا بد أن يتوافر لذاكرتها صورة جسده بلا حياة.

× × ×

* تستمر الصدمة عدة أيام.. تنميل شامل في عقلها يشل تفكيرها وأحاسيسها.. تنميل أقرب إلى الشلل. وذلك يساعدها في الأيام الأولى على الإجراءات الروتينية والمراسم التي تعقب الموت.. وبعد ذلك يذهب التنميل ويختفي الشلل وتاتي أحزان الأسى.. أحزان تستمر عدة شهور وقد تمتد عدة سنوات.

* والإحساس بالفقد يكون في البداية مصحوباً بالقلق.. لقد تغير العالم من حولها فجاة ومن الصعب أن تدركه بشكل طبيعي وأن تتعامل معه.. تفقد القدرة على الاستقرار وتتحرك في منزلها من مكان إلى مكان وكانها تبحث عن شيء.. تشعر بوخز الحنين.. وقد تشعر بأن زوجها موجود في مكان ما بالمنزل وقد تسمع صوته الحقيقي في اذنيها وكانه صادر من مكان معين حولها.. وقد تهدا قليلاً إذا راته في الحلم اثناء نومها، ولكن تعاستها ستكون اكبر حين تستيقظ متوقعة انه بجوارها

على سريرها ولكنها ولحسرتها تجد السرير خالياً منه ولا تقبض يدها إلا على الهواء.

* وفي هذه المرحلة تشعر الزوجة بغضب شديد تجاه الأطباء والممرضات لأنهم فشلوا في علاج زوجها، وكذلك تجاه الأصدقاء والأقارب لأنهم لم يبذلوا جهداً كافياً لشفائه.. وقد تشعر بالغضب من زوجها الذي مات وتركها.. تشعر بالذنب الشديد لأنها لم تمنع موته.. أو قد تشعر أن موت زوجها عقاب لها على آثام ارتكبتها أو أخطاء اقترفتها.

إنها حالة من الغضب تجاه الدنيا.. وعلى الرغم من إيمانها فإنها تكون على يقين بأنه كان من الممكن منع موته أو أنه لم يكن ينبغي أن يموت.. لِمَ مات وتركني وحيدة؟.. مسؤوليته هو أم مسؤوليتي أم مسؤولية آخرين؟؟

× × ×

* قد تشغل نفسها لكي تخفف من أحزانها.. عمل.. أصدقاء.. مشكلات الأبناء.. مشروعات جديدة.. ولكن هذا غير صحي وخاصة في البداية.. لا بد أن تعيش تجربة الأسى.. إن الدموع ضرورية والتعبير عن الأحزان مشروع.

إن المجتمع يسمح للمرأة أن تعبر عن حزنها بشتى الوسائل.. أما الرجل فمطلوب منه أن يتماسك.. ولذا فإن الرجال يعانون أكثر بعد موت الزوجة لأنه لا يتاح لهم الفرصة الكافية والوسيلة الطبيعية للتعبير عن أساهم.

× × ×

وخز الحنين يفضي إلى الحزن العميق.. وقد تشعر المرأة من شدة حزنها أنها على وشك أن تفقد عقلها.. أنها قد تجن لأن مزاجها يتغير من لحظة لأخرى.. تغير سريع

وتقلب في حياتها المزاجية.

إن هذه التجربة غير معقولة وفوق قدرة أي إنسان على التحمل.. تجربة فريدة ومرعبة.

* والحزن يكون على أشده لمدة ستة أسابيع تقريباً.. ويحل محله حزن آخر تتصور أنه سيستمر معها مدى الحياة.. الحزن في المرحلة الأولى يقعدها ويمسك بكل روحها.. والحزن الذي يليه يتيح لها الحركة ولكن بفتور.. وتتشبث بكل ما يذكرها به: لحن يحبه.. كتبه.. سجائره.. ملابسه.

إنها تخاف أن تفقد أحزانها.. ولذا فهي تلجأ إلى كل ما يحيي جذوة الأحزان في قلبها.. وفي لحظات تنهمر الدموع من عينيها حين تلمس شيئاً يحبه أو يخصه أو تسمع حديثاً عنه وتعاودها المشاعر نفسها التي أعقبت موته..

ومن وقت لآخر تنتابها تلك اللحظة الصعبة، والتي إذا تكررت كثيراً فإنها تنبئ بأن طريق الشفاء ما زال طويلاً.

- وفي الأحوال الطبيعية التي لا تتحول إلى مرض تستطيع المرأة أن تمارس روتين حياتها كالاهتمام بالبيت أو الذهاب لعملها.. قد تكون مثقلة ولكنها تتحمل.. تشعر بذاتها ككيان قادر على الحركة والعمل والحياة في عدم وجود أهم شخص في حياتها.

وفي لحظات تستطيع أن تنسى فقدها.. تعود إليها ابتسامتها وقدرتها على الضحك والمشاركة، ولكنها تشعر بالوحدة.. بأن هناك شيئاً ناقصاً وكأنها فقدت جزءاً من جسدها.. ذراعاً أو ساقاً أو فقدت نصفاً كاملاً من جسدها ومن ذاتها..

تشعر وكأنها مشطورة.

حقيقة أنها تأكل وتنام وتعمل وتضحك وتشارك وتتطلع إلى الغد.. ولكن كل هذا لا يكفي.. ليس هذا هو الذي تريده.. ليس هذا هو الذي يمتع.. هناك معنى مفقود.. هناك شيء ناقص.. هناك فراغ لا يمكن ملؤه.. فراغ في داخلها وفراغ في خارجها.

* ويمر الوقت ليس بالقليل لتشعر بأن الحياة لا يمكن أن تعيشها إلا إذا قبلت أنها لم تعد زوجة.. لم تعد نصفاً في ثنائي متلاحم.. لا بد أن تقبل حقيقة أنها أرملة وحيدة وعليها أن تواجه الحياة بهذه الصورة الجديدة.

* وبالرغم من أنها قد تنجح في ذلك إلا أنها وبعد سنوات تظل تشعر بأنها انتزعت من كيان متكامل.. أنها زحزحت دون إرادتها من مكانها الطبيعي.. أنها فصلت أو شطرت من منظومة متناسقة عاشت داخلها أو تداخلت فيها كنصف مكمل.

* والعودة إلى الحالة الطبيعية ممكنة إذا استقرت الحالة المزاجية.. إذا عاد مزاجها إلى حالته الطبيعية وبذلك تستطيع أن تمارس حياتها بشكل طبيعي تماماً. وقد تتفتح لها آفاق جديدة وتقوم بأعمال لم تكن تستطيع أن تقوم بها في ظل زوجها.. تكشف قدرات جديدة وإمكانات لم تكن معروفة لديها وهي تدور في عجلة زوجها وأطفالها.. ولهذا قد تعود إلى ممارسة حياتها ولكن بشكل جديد تماماً وبأسلوب مختلف.

٨٥٪ من الأرامل يعدن إلى الحالة الطبيعية دون تدخل طبي في خلال ثلاث

سنوات.. ١٥٪ يحتجن إلى مساعدة الطبيب النفسي حين يصبح الأسى.. أي أحزان الفقد مرضاً له أعراض جسدية ونفسية مؤلمة.

* والمرأة التي تشفى سريعاً قد تشعر بالذنب والخجل.. كيف نسيت شريك حياتها بهذه السرعة!! وهي في هذه الحالة قد تحتاج إلى من يطمئنها أن هذا أمر طبيعي.. وسرعة الشفاء تتوقف على عوامل كثيرة منها:

- معنى الفقد بالنسبة لها.
- نوعية العلاقة التي كانت تربطها بزوجها.
- الأشياء المشتركة بينهما.
- شخصية الزوج الذي مات.
- وجود من يساندها في هذه الأزمة كالأب والأم والإخوة والأبناء.

* طبيعة عواطفها بشكل عام وشخصيتها.

* وجود مسؤوليات تتطلب جهداً وتركيزاً كتربية الأطفال الصغار ورعاية مصالحهم وكذلك عملها وخاصة إذا كانت تعتمد عليه اقتصادياً.

* ولكن من أهم العوامل هي نوعية الحياة التي كانت تعيشها معه وأسلوبه في التعامل معها.

فالزوج القاسي أو الأناني أو البخيل يكون الشفاء من تأثير موته أسرع، وقد تقابل خبر موته في البداية بنوع من الارتياح.. فهناك حياة زوجية مليئة بالتعاسة والإحباط وخاصة الزوج الذي يحقّر من قدر زوجته والتي كانت تشعر معه بعدم الأمان وعدم الاستقرار.

هذا الزوج لم يكن يلبي الاحتياجات الأساسية للمرأة وهي الإحساس بالأمان والإحساس بالقبول والإحساس بذاتها وكيانها كإنسانة.. ثم الاحتياجات العاطفية.. إذا فقدت المرأة كل ذلك فإن الحياة الزوجية تصبح عبئاً.. ولهذا يجيء موت الزوج ليخلصها من كلّ المشاعر السلبية التي عاشتها.

* بعد موت مثل هذا الزوج فإن المرأة تكون في حيرة وصراع و تنتابها مشاعر متضاربة ومتناقضة.. وتمر بمرحلة الحزن والأسى ولكنها تكون قصيرة وغير قاسية.. وقد تسيطر عليها مشاعر اليأس لأنه لم تعد هناك فرصة لتصحيح الأخطاء وتعويض الفشل.. كانت علاقة فاشلة ولا شك أنها كانت زوجة فاشلة.. ولذا فقد تعاقب نفسها بأن تتمادى في أحزانها.

* إن كل امرأة تتمنى ان تكون زوجة ناجحة وأن تنعم بحياة زوجية ناجحة.. وهي لا تعفي نفسها من مسؤولية فشل الحياة الزوجية.

قد يكون الزوج وراء الفشل الحقيقي ومصدر كل المتاعب.. ولكن هي في النهاية زوجة فاشلة لزوج فاشل في علاقة فاشلة.

هذه هي المشاعر التي تسيطر عليها بعد وفاة الزوج بعد رحلة فاشلة، قد تكون غير مسؤولة بالكامل عن فشلها ولكنها عاشتها وشاركت فيها.

× × ×

* ولكن الأمور قد تاخذ شكلاً مرضياً.. ومن أخطر المواقف التي تواجه المرأة الوفاة المفاجئة لزوج تحبه..وعاشت معه سنين طويلة وسعيدة. هنا تسيطر على المرأة مشاعر ثلاثة:

١ - الإحساس الشديد بالذنب وتانيب الضمير والتقليل من قيمة الذات.

٢ - الإحساس الدائم بأن زوجها موجود حولها.

٣ - تظل وفية دائماً لذكراه.. تظل تفعل كل شيء كان يحبه ولا تحاول أبداً أن تستقل بحياتها أو أن تعيش حياة مختلفة او ان تبدا شيئاً جديداً.. كل شيء هو تكرار لما كانت تفعله معه وما كان يحبه.. تسمع الأغاني نفسها.. تقرا الكتب نفسها.. تذهب الى الأماكن نفسها.. تقابل فقط الناس الذين كان يحبهم.. كتبه.. مكتبته.. كرسيه.. تترك مكانه شاغراً على مائدة الطعام وبالطبع على السرير. مثل هذه المراة لا تتزوج ابداً بعد وفاة زوجها.. ومن البداية فإن الحالات التي تصبح مرضية ومزمنة تكون واضحة.. تستمر الأحزان سنين طويلة ولا تعود المرأة إلى حالتها الطبيعية على الإطلاق.

هذه المرأة تحتاج إلى مساعدة طبية ليس لنزع الحزن من قلبها-فهذا غير ممكن- ولكن لمساعدتها على الاستمرار في الحياة بشكل أقرب إلى الطبيعي دون معاناة ودون ألم ولكي تواصل مسؤوليتها.

وعموماً فإن فقد الزوج يسبّب معاناة حتى وإن كانت العلاقة سيئة.. حتى وإن كان فيها بعض العداء المتبادل.. هذه حقيقة لا بد أن نقرها.. لأن الحياة والعشرة معاً قد خلقت عادات معينة وأسلوباً معيناً للحياة اعتاده كل منهما بالرغم من عدم رضا كل منهما عنه.

لقد اعتادت السوء في الحياة.. اعتادت القلق واعتادت الإحباط.. تكيفت معه.. حتى وظائفها البيولوجية اعتادت على درجة من القلق والضيق والمعاناة.. ولا شك

أيضاً انه بالرغم من العداوة المتبادلة إلا أن هناك تقارباً ما في أشياء ما، وإلا لما استمرا.. هناك دوافع ظاهرة وأخرى غير ظاهرة.. معلومة لديهما وغير معلومة جعلتهما يستمران.

* فبالرغم من أن استمرارهما يبدو من السطح أو من الناحية الشكلية مستحيلاً.. فقد تعيش زوجة مع زوج تعرف تماماً خياناته المتعددة.. قد تعيش مع زوج تعرف تماماً أنه لا يحبها ويجرح مشاعرها ورغم ذلك تستمر.

وقد يعلم الزوج أنها لا تبادله الحب.. أو أنها تحتقره.. ولكنهما يستمران.

ولذا فإن موت الزوج هنا يسبب معاناة للزوجة.. لأن الموت هو النهاية.. لا يعقبه إلا الصمت.. إنه اللاشيء.. إنها الآن وحيدة.. إن وجوده برغم سوئه كان شيئاً.. أما الآن فلا شيء.. لم تعد شقاً أو جزءاً في الثنائية الزوجية.

× × ×

* والزوجة التي يستمر حزنها تعاودها الأحزان بشدة في موعد وفاته كلّ عام.. تعيش لحظات موته بالكامل.. هذه المرأة في حاجة إلى معالجة نفسية.

* وهناك زوجة تموت بعد موت زوجها.. إلى هذه الدرجة ترتبط روح زوجة بروح زوج!!

الإحصائيات العلمية الصادرة عن معاهد الطب النفسي في العالم تقول إن نسبة الوفيات ترتفع إلى الضعف في الشهور الستة الأولى بعد موت شريك الحياة.. أي رباط هذا!! وأي علاقة تلك!! وأي حب!!

والتصور هنا أن درجة من الحب أو هذا نوع من الحب حدث فيه التوحيد الكامل

بين طرفين.. فعاش كل منهما بروح الآخرممتزجة مع روحه، فاصبح من المستحيل نزع روح أحدهما منفصلاً عن الآخر.. إما أن يعيشا معاً أو يموتا معاً.

إنهما من خلال رحلة حياتهما لا يكون لأي شيء في الحياة معنى إلا من خلال الآخر.. فإذا ابتعد أحدهما فترة - لأي سبب - تقفز الحياة تماماً في وجه الآخر.. يفقد كل إحساس بالحياة ولا تغادر صورة رفيقه ذهنه لحظة، ويضطرب نومه، ويضطرب طعامه، ويزحف عليه الحزن تدريجياً.. فإذا عاد من سفره أو من مرضه عادت الروح مرة أخرى لتشعر بالحياة.

* وفي خلال رحلة حياتهما لا يتصور أحدهما أن الآخر سيموت.. وفي اللحظات التي تسيطر فيها الواقعية على التفكير ليقبل حقيقة الموت يتمنى كل منهما أن يموت قبل الآخر.. وليست هذه أنانية بقدر ما هي كراهية للموت أن يصيب رفيق حياته، فالعقل هنا لا يتصور أن تنتزع الحياة ممن يحب فيتحول إلى جسد بارد لا يحس ولا يتحرك، وذلك بالرغم من أنهما يدركان أن كلاً منهما لا يستطيع أن يعيش بعد موت الآخر.. ففي لحظات الحزن التي تمر بكل إنسان حين تعبر السحب السوداء يسيطر إحساس يقيني هو عين الحق أنه سيموت فوراً إذا سبقه حبيبه إلى الموت.

×××

- وبذلك يتكشف لنا عن أثمن ما في الوجود أن منتهى حب إنسان لإنسان هو أن يموت حباً.

×××

صدمة الطلاق

* أي افتراق إنساني مؤلم.. وأي نهاية لعلاقة إنسانية توجع القلب. والموت والطلاق شبحان يهددان العلاقة الزوجية بالنهاية.. ويظل الإنسان يتجاهل الموت، ويظل يتردد في قرار الطلاق ويؤجله حتى تحين لحظة يواجه فيها الإنسان مصيراً مفروضاً عليه وهي أن يغادر.. أن يرحل.. أن ينفك العقد.. أن تنزل الستارة وتنتهي الحكاية ويعم الصمت.

* إذا طالت مدة الزواج، وأيضاً مع العلاقات الطويلة يحدث تقارب في جوانب كثيرة.. تتعدد الأشياء المشتركة.. كل منهما يؤثّر في الآخر.. يؤثّر في طريقة تفكيره ودرجة تكيفه في الحياة.. كلّ منهما يكيّف حياته على وجود الآخر.

* وفي بعض الزيجات لا يكون هناك الحد الأدنى من التقارب.. إلا ان كلاً منهما يكون قد تعوّد على الحياة مع الآخر.. تعوّد على أسلوب الآخر وطريقته.. يستطيع كل منهما أن يتعامل مع الآخر وهو مغمض العينين.. تسير الحياة بشكل تلقائي أو بقوة دفع العادة والتعود.

هذه العادات هي دعامة الحياة الزوجية وإن كانت لا تحظى بالدفء العاطفي الكافي.. حتى وإن تبدو غير مستقرة.

* وبالرغم من الإحباطات وعدم تحقيق التوقعات، وعدم إرضاء الحاجات.. فإن كلاً منهما يحاول ان يرتب حياته مع الآخر وخاصة إذا اثمر الزواج عن ابناء.. وتنمو مع الوقت أشياء مشتركة بعضها سار وبعضها سيئ وحزين.. إلا أنّها تكون رصيد الذكريات.. ويصبح كل طرف يمثل للآخر هدفاً يوجه إليه غضبه للصعوبات التي يواجهها في الحياة.

* في الزواج المستقر، وفي علاقات الحب الطويلة فإن شيئاً بديعاً يحدث.. إذ تتكون ذات مشتركة إلى الدرجة التي يصبح كل طرف يفكر مثل الآخر.. يحدث انسجام فكري يصل إلى أقصى مدى، ويزداد إعجاب كل طرف بما يقول الآخر ويخامر كل منهما إحساس بأن شريكه ينطق بما يفكر فيه هو شخصياً.. كل منهما يشعر باحتياجات الآخر وتمنياته ويقابل توقعاته.

إنها درجة من الإحساس والفهم إلى حد قراءة التعبيرات البسيطة على الوجه.. إن أنجح العلاقات هي التي يكون كل طرف فيها مهتم بالآخر وملتزم ناحيته.

وثمة علامتان يكتشف بهما كل طرف حقيقة مشاعره تجاه الآخر: إخلاصه له وحرصه عليه.. تماماً مثلما يخلص لنفسه ويحرص على نفسه.. ومع هذا الاقتراب الشديد فإنه يترك للآخر مساحة يتحرك فيها لينمو وينضج وتكون له ذاته المستقلة.. تكون له حريته وإرادته واهتماماته.

هذه المسافة يتركها كل طرف للآخر طواعية بعدما يصل إلى درجة الإخلاص المطلق والحرص على الطرف الآخر.

* مثل هذه العلاقات لا يهزمها إلا الموت وتكون في مأمن من شبح الطلاق أو الانفصال.

* والطلاق يختلف عن الموت بالنسبة للمرأة.. فالموت يكون خارجاً عن إرادتها.. وسواء كان الزوج ناجحاً أم فاشلاً فإنها تستسلم بحزن وتمر بمعاناة الأسى ولا تتعرض لأي نقد من المجتمع.. أما المطلقة فإنها في النهاية امرأة فاشلة لأنها فشلت في أن تستبقي زوجها أو هي فاشلة من البداية لسوء اختيارها.

وتكون الطعنة الكبرى إذا تزوج هذا الرجل الذي طلّقها بامرأة أخرى، أو إذا كان طلاقها بسبب زواجه من امرأة أخرى.

- قد ترى الزوجة أن حياتها الزوجية مرضية، وأن هناك درجة عالية من الاستقرار.. ولكنها تفاجأ بهجر زوجها.. بانه يعرف امرأة أخرى وأن الامر ليس مجرد نزوة ولكنه يحب هذه المرأة حباً حقيقياً. وتكون المأساة إذا عرفت أنها علاقة مستقرة ومنذ سنوات طويلة.

- قد تأخذ المرأة وقتاً طويلاً لتفيق من الصدمة وتراجع حياتها مع هذا الرجل لتعثر على الخطأ.. أين المشكلة؟.. لماذا ذهب إلى الأخرى؟ هل أنا السبب؟ تاخذ وقتاً طويلاً حتى تدرك أنها ساهمت في هذه المشكلة.

تكتشف أن إحساس زوجها قد تسرب تدريجياً حتى دون وجود امرأة أخرى في حياته.. يصل إلى مرحلة التبلد الوجداني الكامل ناحية زوجته ولكنه يواصل الحياة لالتزامه الأخلاقي بالأسرة.. بالزوجة والأبناء.. ولكن مشكلته تبدأ حين تتجه عواطفه لامرأة أخرى.. هو ذاته قد يعتبرها نزوة.. وقد تحقق له بعض الإرضاء العاطفي الذي فقده في بيته.. ولكن النزوة تطول ويكتشف أنها حب حقيقي.

وقد تستمر حياته المزدوجة دون أي إخلال بواجباته الأسرية وأيضاً واجباته ناحية الإنسانة التي يحبها.. وقد يعيش صراعاً طويلاً وتتارجح مشاعره بين أن ينهي حياته الزوجية ويعيش مع حبيبته او يقطع علاقته مع حبيبته ليتفرغ لحياته الأسرية حتى دون قلب.

* بعض الرجال يجدون صعوبة كبيرة في الحياة مع امرأتين.. وهناك رجال

آخرون يستطيعون الزواج بأكثر من امرأة أو أن تكون لهم علاقة بأكثر من امرأة في وقت واحد.

* هناك رجل لا يستطيع ان يوزع اهتمامه.. ولا يستطيع أن يوزع مشاعره.

ولا يستطيع أن يحب امرأة وأن يعيش مع امرأة أخرى.

هذه النوعية من الرجال تحتاج إلى امرأة واحدة سواء أحبها أم لم يحبها.. مثل هذا الرجل لا يمثل الحب أهمية كبيرة في حياته.. إنه يبغي الاستقرار ويحب الأسرة.

ولكن في ظّل حياة زوجية غير مستقرة ومنزوعة العواطف فإن الحب يمثل الجانب الجميل في حياته.. ولكن قد تضطره الظروف أن يختار.. إما الحبيبة وإما الزوجة.

وفي خلال مشواره فإن الزوجة تكون هي الأبقى لأنها تمثل الاستقرار النسبي.. ولكن في منعطف معّين قد يختار الحبيبة.. وهنا تكون الصدمة للزوجة لأن الأمر كلية لم يكن متوقعاً.

* والأمر يكون سهلاً نسبياً بالنسبة للمرأة غير السعيدة في حياتها وخاصة إذا كان زوجها متعدّد العلاقات أو قاسياً أو لا يلبي احتياجاتها العاطفية والجسدية أو إذا كان أباً سيئاً.. قد تتلقى الطلاق ببعض الارتياح وتشعر أنها حرة في النهاية وأنها تخلصت من الزوج العنيف الجاف القاسي والذي لا تحبه ولا يحبها، أو أنها تخلصت من الزوج المدمن أو من الزوج الذي لا تحترمه (كأن يكون منحرفاً في عمله وفي مبادئه العامة).

* ولكن بالرغم من هذا الارتياح فإن الطلاق يمثل صدمة.. إنه حادث هام ومفزع.. فهي الآن وحيدة.. كانت نصفاً في ثنائية ولكنها الآن انشطرت.. وقد تنتابها حالة الحزن التي تنتاب الزوجة حين يموت زوجها.. إنها الآن زوجة سابقة، وتفقد كثيراً من مكانتها الاجتماعية ونظرة الناس إليها.. يتغير كثيراً اسلوب حياتها.

* وحتى المرأة التي تعرف أن زوجها على علاقة جادة بامرأة أخرى يظل لديها أمل أنه سيعود.. سيختارها هي لأنها الزوجة ولأنها أم الأطفال وأنها لم تؤذه إلى الحد الذي يقرر طلاقها.. وتحاول أن تساعده في حيرته وذلك إذا كانت تحبه.. حبها يجعلها تبذل جهداً في استعادته من المرأة الأخرى.

* ليس من السهل أن تقبل زوجة الطلاق من زوجها بسبب امرأة أخرى.. بل العكس فإنها تتشبث به أكثر ويدفعها ذلك أن تغير الكثير من طريقتها في التعامل مع زوجها وأسلوب حياتهما معاً وأن تتلافى الكثير من العيوب والأخطاء وأن تبحث عن إجابة لأهم سؤال: لِمَ اهتمّ زوجي بامرأة أخرى وكيف انتزعته منيّ؟!

ولكن الأمر يختلف في حالة الزوج الخائن بطبعه متعدد العلاقات الذي لا يحقق أي إرضاء لزوجته على كل المستويات.. هنا يكون لا مفر من الطلاق.. وبالرغم من ذلك فإن مشاعرها تكون مختلفة مضطربة ومتناقضة.

* وقد تطلب هي الطلاق ولكنها تتراجع عنه.

* وقد يعرض هو الطلاق ولكنها تماطل وتساوم وتلجا لمن يتوسط.

- فترة من الحيرة المضنية.. فهي مقتنعة تماماً بالطلاق وبانه سيريحها وأنها

ستبدأ حياة جديدة أكثر نجاحاً ولكنها تتردد وتتراجع. وقد تفضل أن تعيش معه هذه الحياة الهامشية فذلك أفضل لديها من أن تأخذه امرأة أخرى بالكامل.

إنها تقاوم أن تفقد هذا الجزء منه الذي يعيش معها.. إنها طبيعة المرأة التي ترفض أن تستسلم لامرأة أخرى وتترك لها نصيبها في زوجها.

* وبعد حدوث الطلاق تصاب المرأة بالاكتئاب.

* وتعاودها مشاعر الثورة والغضب والقلق والحزن القاتل حين يتزوج طليقها من امرأة أخرى حتى وإن كانت في حياتها قد استقرت.. حتى وإن كانت قد بدأت علاقة جديدة.. حتى وإن كانت في طريقها للزواج من رجل آخر.. إنها أحاسيس الفقد.. فقد شيء كنا نمتلكه.. شيء كان يخصنا.. شيء كان لنا وحدنا.. شيء كان بيننا وبينه رباط.

* وتداهمها الذكريات.. ولا يعاودها غير ذكريات الأحداث الطيبة والأيام الجميلة.. تتذكر البدايات وأيام الحب والرومانسية.

* بعد الطلاق، وبعد زواجه من أخرى لا تتذكر له إلا كل الأشياء الجميلة.

* وهناك امرأة تكره الطلاق وتكره أن تكون مطلقة.. ولهذا فهي تستمر في الحفاظ على حياتها الزوجية حتى وإن كان زوجها يرفضها رفضاً كاملاً وله علاقة بأخرى.. إنها تفضل أن تعيش تحت هذه الظروف القاسية ولا تطلق.. استمرار زواجها من هذا الرجل قد يكون مصدراً لاستقرار أشياء أخرى في حياتها اقتصاديا واجتماعيا فقد تحظى من خلاله بمكانة اقتصادية واجتماعية معينة ترفض أن تتخلى عنها.. الطلاق يحرمها من كل هذه المميزات.

* وقد ترفض الطلاق لأنه لا مكان تذهب إليه ولا استقرار اقتصاديا في حياتها.

- وقد ترفض الطلاق حتى لا تتعرض لشفقة الآخرين.. فالمرأة يضايقها كثيراً بعد طلاقها شفقة نصف الناس وشماتة النصف الآخر.

* تتعرض المرأة لمشكلات كثيرة بعد طلاقها.. تأخذ بقية الزوجات موقفاً منها، فهي غير مرحّب بها في حضور الأزواج. تفقد ترحيب الأسر بها.. ولهذا فهي قد تضطر أن تصادق الأرامل والمطلقات فقط أي سيدات بلا رجال.

إنها مرفوضة داخل الأسرة المستقرة.. إنها تذكّر الزوجة بالفشل.. وتذكّر الزوج بالفشل.. إنها نموذج مؤلم للفشل وعدم استقرار الحياة الزوجية.

وينظر إليها الرجال على أنها صيد سهل.. امرأة محرومة من الحب والجنس ومن الرفيق.. ولهذا فإن أي اقتراب منها سيحقق نتائج فورية.

* وهناك سيدة تكره أن تعيش بمفردها.. تريد دائماً أن تكون مهمة عند إنسان ما.. تريد رجلاً دائماً تراه في فراشها كل صباح.. تريد أن ترتبط بإنسان ما وأن يرتبط بها إنسان ما.

إنسانة تكره الوحدة وتريد أن تكون نصفاً في ثنائية يتلاحم شقاها.. ولهذا فهي تفزع من شبح الطلاق وتنهارلاقترابه.. وإنها حين تتوقعه ولو قبل حدوثه بسنوات تهيّئ نفسها للارتباط بإنسان آخر.. قد يكون في خيالها.. وقد تعدّه إعداداً فعلياً.. اي يكون موجوداً وجاهزاً فإذا طلقت ترتبط به فوراً.

* وهناك امرأة لا يتوافر لها أن تعد هذا الإنسان.. ولذا فإنها قد تتسرع في زواج آخر بعد طلاقها لا يتحقق له النجاح.. وقد تجرب حظها لمرة ثالثة.. إنها امرأة لا

تستطيع أن تعيش دون زوج.. أو بالأحرى لا تستطيع أن تعيش دون رجل.

× × ×

* وبينما الأرملة تعتاد مع الوقت على حقيقة أنه مات ولن يعود، ولن يكون موجوداً أبداً في حياتها بشكل حيّ وفعليّ، إلا أن المطلّقة تعرف أن الرجل الذي طلقها موجود في الحياة وأنه يستمتع، وربما تكون امرأة أخرى في حياته وأنه يقدم لهذه المرأة عواطفه وجسده وماله وتلك الأشياء التي حرمت منها.. ولذا تشعر بمرارة.. ولا يمحو هذه المرارة إلا استقرارها مع رجل تحبه ويحبها.. إلا إذا كان هناك تعويض كامل عما فقدته معه وبعده.. إلا إذا كان هو ذاته غير موفق في حياته الجديدة.

إنها لا تستطيع أن تنتزعه من عقلها إلا إذا استقرت عاطفياً.

ويزداد الألم وتزداد المرارة إذا كان هو الذي لفظها من حياته ضد رغبتها في الوقت الذي كانت هي متشبثة به ولا مرارة تعادل توفيقه مع امرأة أخرى.

* إنّ المرأة قد تكون تعسة في زواجها ولكنها تحرص على بيتها.. فهي شاركت في هذا البيت وهي تنتمي إليه.. إلى ستائره وأبوابه وأثاثه.. أنفاسها لامست هذا فهي تشعر بالحزن العميق حين تغادر هذا البيت.

* وقد تستمر المرأة في الحياة الزوجية التعسة لتحتفظ بأولادها قرباً منها.. أولادها يعطونها القوة وخاصة إذا كانت قد اقتربت من سن اليأس ولم تكن تملك ما تعتز به في حياتها.. أولادها حينئذ يمثلون لها الفخر والقوة والاستمرارية والقيمة في الحياة بل والهدف في الحياة أيضاً.. وهي تخشى بالطلاق أن تفقدهم

وخاصة إذا كان نفوذ الأب أقوى ويملك ما يشدهم به إليه.. ويكون الطلاق بالنسبة للمرأة حينئذ خسارة في كل الاتجاهات: خسارة الزوج والبيت والمال والمكانة الاجتماعية والأولاد.. أي كلّ شيء.

* وهناك تخوّف من عدم نجاح الزواج الثاني، وبذلك تتعرض لخيبة أمل كبيرة.. وسيكون ذلك تأكيداً لفشلها.. فهاهي تفشل للمرة الثانية.. وقد يكون هناك إنسان فعلي في حياتها ولكنها قد تخشى الا يفي وعوده بعد أن تكون قد طلقت من زوجها.

x x x

إن الطلاق حيرة وألم للمرأة في كل الأحوال.. سواء سعت إليه أم اضطرت له.. سواء إذا كانت سعيدة مع زوجها أم تعسة.. إنه من أصعب المواقف التي تواجهها أي امرأة وذلك إذا كانت امرأة سوية.

x x x

مشكلة الزواج الثاني

* هناك امرأة تتردد كثيراً قبل أن ترتبط مرة ثانية.

* وهناك امرأة أخرى تندفع فور طلاقها للارتباط برجل آخر.. ورجل تعرفه من قبل، أو رجل تبحث عنه.

* بالنسبة للأرملة إذا كان زوجها الأول طيباً وعاشت معه حياة سعيدة ولها منه أبناء وبنات فإنها تشعر بأنها خيانة لزوجها الذي مات أن تتزوج بعده.

وفي هذه اللحظة بالذات تختلف النساء.. فهناك الأرملة التي تبلغ من العمر ثلاثين عاماً وتظل وفية لذكرى زوجها حتى نهاية عمرها ولا تتزوج وتتفرغ لتربية أطفالها الصغار حتى وإن كان طفلاً وحيداً. وهناك الأرملة التي تبلغ من العمر خمسين عاماً وتتلهف على الزواج بعد ثلاثة أو أربعة أشهر من وفاة زوجها حتى وإن كانت تستمتع بالاستقرار المادي الذي يعفيها من الحاجة إلى رجل، وحتى وإن كان لها أبناء في حاجة إليها أو أبناء يضيرهم أن تتزوج أمهم وهي في هذه السن المتقدمة.

والأمر يتوقف على احتياجات المرأة.. الاحتياج ليس مادياً فقط وليس عاطفياً فقط وليس جسدياً فقط. وليس كل هذه الأشياء مجتمعة أو بعضها.. ولكنه احتياج لوجود إنسان رفيق.. إنسان يشاركها أشياء متعددة.. إنسان تنتمي إليه.. وهو نوع من الانتماء يختلف عن أي انتماءات أخرى.. ولكل إنسان احتياجات ورغبات قد يصعب عليه مقاومتها أو تجاهلها.

* ولو كان الزوج الأول سيئاً فالأرملة قد تتردد في الزواج خوفاً من تكرار تجربة تجر عليها آلاماً جديدة كانت قد استراحت منها بموت زوجها.

×××

* وفي الزواج الثاني يكون الأمل معقوداً أن كلاً من الطرفين قد تعلم من تجربته الأولى.. قد استفاد من الأخطاء.. ان يكون قد وعى إسهاماته في عدم إنجاح الزواج الأول.. اي مسؤوليته عن الفشل.. اي يكون قد نضج وعرف كيف يدير حياته الزوجية بطريقة أفضل تحقق نجاحاً يحقق سعادة.. أن يكون قد تعلّم فن المشاركة.. فن الحياة مع إنسان آخر تحت سقف واحد وفي سرير واحد أحياناً أو بعض الوقت.

* ولأن الزواج الثاني يكون في سن متقدمة نسبياً فإن النظرة المثالية والتوقعات الخيالية تكون أقل، والرومانسية كذلك أقل، مع التأكيد على أهمية الثقة المتبادلة والاحترام والاستقلالية.

* والمرأة في الزواج الثاني تكون أكثر إيجابية وأكثر قوة وأكثر عطاء لكي تحافظ على استمرارية الزواج.. أي تبذل جهداً أكثر وتضحيات أكبر وخاصة إذا كان هذا الرجل يلبي الاحتياجات التي تزوجته من أجلها.. ولهذا فقد لا يهمها كثيراً التضحيات المادية التي تجعل حياتها مع هذا الرجل أسهل وأمتع ولكي تستمر في شده إليها.

إنها تعلم أن دورها وموقفها ودرجة عطائها لا بد أن تختلف في زواجها الثاني عن الزواج الأول.

زواجها الأول كان وهي في العشرين.. وفي زواجهاالثاني هي في الأربعين أو الخمسين.. ولهذا فإن أشياء كثيرة اختلفت.. فقدت بعض قدراتها في أشياء معينة

وزادت قدراتها في أشياء أخرى.

* ونجاح الزواج الثاني يتوقف أيضاً على نوعية احتياجات الرجل منها.. ماذا يريد هذا الرجل من زواجه منها؟.. وعلى المرأة أن تكيّف نفسها، ظروفها وأسلوب حياتها حسب احتياجات هذا الرجل.

* وعادة فإنه في الزواج الأول فإن المرأة تأخذ أكثر ممّا تعطي، أما في الزواج الثاني فإن المرأة تعطي أكثر مما تأخذ.. أو أن ما تأخذه يكون له ثمن أكبر.. بمعنى ماذا تريد هي وماذا يريد هو؟.. ما الحاجة الملحة لكل منهما.. وتكون العلاقة ناجحة إذا شعر الرجل أنه يأخذ ثمن ما يعطيه.. وأن تشعر المرأة أن ما تأخذه يستحق ما تعطيه.

* وكلما تقدم العمر بالمرأة فإنه يصعب أن تحصل على ما تريد.. أي يصعب أن تجد الرجل الذي يعطيها ما تحتاجه.. وذلك يتوقف أيضاً على ما تحتاج.

× × ×

* عموماً فإن الزواج الثاني يعتمد إلى حد ما-وفي بعض الأحيان- على قانون العرض والطلب.. ويعتمد أيضاً على مبدأ: ماذا يمكن أن تعطيني مقابل ما تريده مني؟

× × ×

* وإذا كان كل منهما يحتاج الآخر فعلاً.. وإذا كانت الاحتياجات الإنسانية والوجدانية تفوق الاحتياجات المادية بشتى أشكالها.. فإن العلاقة تكون متوازنة ومضمون نجاحها واستمرارها إلى حد كبير.. إذ يشعر كل طرف أنه لا يعطي

أكثر من اللازم وانه ليس في موقف ضعف واحتياج ملحين وأنه لا يبذل جهداً مضنياً من أجل الاحتفاظ بالطرف الآخر.

* في العلاقات الناجحة يشعر كل طرف بذاته وبأهميته وباحترامه.. وأمتع شيء هو أن يشعر الطرف الآخر يرغبه لذاته.. هنا تكون القرارات مشتركة.. والصراعات أقل.. والتوتر في أدنى درجاته.. ويكون الهدف الأسمى:هو كيف نعيش سعداء لكي نعوض ما فاتنا في زواجنا الأول.

× × ×

*** والزواج الثاني محاط ببعض المخاطر.**

*** كما أن زواج الأرملة غير زواج المطلّقة..** الأرملة تحمل لزوجها ذكريات طيبة بنسبة أكبر من المطلّقة.. ولذا فالأرملة ودون أن تدري قد تظل مرتبطة بالعادات القديمة، وبأسلوب حياتها مع زوجها الراحل.. وفي كل لحظة ودون أن تدري تقارن.. ومخاوفها في البداية تكون أكبر وندمها يكون أفدح.. وقد يشعر الزوج الحالي بذلك.. وقد تؤرقه صورة زوجها الأول.. وقد تتعمد هي أن تتحدث عنه، وقد تفلت منها عبارات توحي بالمقارنة التي تكون في صالح الزوج الأول.. وبالطبع فإن أولادها سيؤيدون موقفها.. سيتحّيزون لأبيهم.. سيدعمون لديها الإحساس والرأي بأن أباهم كان أفضل.

* وكذلك المرأة التي تتزوج رجلاً أرملاً، تظل مشكلاتها إلى وقت طويل كيف كانت زوجته التي رحلت..ودون أن تدري تحاول أن تقاوم أسلوب الحياة الذي فرضته قبل رحيلها والذي اعتاده زوجها.

تغيّر من أثاث المنزل.. تغيّر من عادات الأكل والنوم والترفيه.. اي شيء تعرف انه كان مرتبطاً به تحاول أن تغيره.. وأي مقاومة من الزوج للتغيير تثير غضبها وغيرتها.

إن الأمر يحتاج إلى مرونة ولباقة وصبر.. الأمر يحتاج إلى تفهم.. والتغيير لا بد أن يكون تدريجياً.. والتكيف مع الحياة الجديدة لا يمكن أن يتم سريعاً.

إن قدرة الإنسان على التكيف على أسلوب جديد للحياة تستغرق وقتاً وتحتاج صبراً.

والنصيحة الذهبية هي الابتعاد عن المقارنة، سواء بشكل علني أو حتى في داخلنا.. المقارنة تفسد الحياة الجديدة.

والثقة بالنفس مهمة، فالمرأة قد تشعر بأنها أقل كفاءة من الزوجة الأولى.. اقل جمالاً أو أقل شباباً.. أقل ثقافة أو أقل تعليماً أو اقل جاذبية.. ولكن هذه الأشياء غير مهمة في الحب وغير مهمة في الزواج.. احتياجات الرجل من الزواج هي الحب والاهتمام والإخلاص والاستقرار.

× × ×

* وقد تتعرض الزوجة الجديدة لمشكلات كثيرة من الزوجة الأولى المطلقة.. مشكلات تؤرق حياتها وتهدف إلى شيء واحد: إفشال هذه الحياة ليلحق بها مصير الطلاق مثلما لحق بها.. تخلق متاعب ومشكلات لطليقها وتفسد عليه حياته وقد تستعمل الأولاد في مناورتها.

ووجود الأطفال في البيت قد يحمّل الزواج الثاني اعباء كثيرة.. فالزوجان

يحتاجان لوقت أكثر ليقضياه معاً.. يحتاجان لحياة مريحة أكثر، ودرجة أكبر من الاقتراب لتهدئة الخاطر وإزالة القلق وتحقيق التوقعات ودعم الرابطة.. وجود أطفال يسرق من بعض هذا الوقت.

* وقد يصبح الأطفال طرفاً او سبباً في النزاعات التي تنشأ بين الزوجين، وبذلك تأخذ المشاكل أبعاداً ثلاثية بدلاً من أن تكون ثنائية مما يزيد هذه المشكلات تعقيداً ويجعل حلّها أصعب وآثارها أبقى.

* والأطفال سواء أبناء الزوج أو أبناء الزوجة يكونون أقل سعادة في البيت الجديد.. ومن الصعب أن يقبل أبناء الزوج أن تحل سيدة جديدة مكان أمهم.. وأكثر صعوبة أن يقبل أبناء الزوجة أن يحل رجل آخر مكان أبيهم.

إذن هناك حالة رفض قد يعلنها الأطفال صراحة أو قد يخفونها ولكن تظهر بصور أخرى تهدف إلى خلق المشكلات في البيت وتشويه صورة الزوجة الجديدة لدى أبيهم، أوتشويه صورة الزوج الجديد لدى أمهم.

وتظل الصراعات مستمرة ظاهرة أو خفية وذات تأثير سلبي على جميع الأطراف.. إلا إذا بذل الزوجان جهداً واعياً في احتواء مشاعر الاطفال المضطربة وتفهمها وعدم إثارتها ليتكيّفوا ويتقبلوا الوضع الجديد.

وفي بعض الأحيان تنجح جهود الزوجين إلى درجة أن الأطفال يرتبطون عاطفياً بالرجل الجديد الذي اقتحم حياتهم أو المرأة الجديدة التي ازاحت أمهم.

* و تبذل الزوجة جهداً زائداً في العناية بأطفال زوجها وذلك للحساسية التقليدية والمفهوم الشائع عن زوجة الأب.. كما يضطر الزوج إلى بذل الجهد نفسه

الزائد للاستحواذ على قبول وعواطف أبناء زوجته.

وحزمه مع أطفالها قد يقابل بالرفض والشك، وكذلك حزمها مع أطفاله قد يقابل بالرفض نفسه والشك.. ولهذا فإن الأساس الأول الذي يجب أن تبنى عليه العلاقات الجديدة هو الثقة.. الثقة في حسن النوايا وصدق المشاعر ونبل الهدف وذلك يتطلب حباً ونضجاً.

- والأفضل أن يحاول كل طرف من الأطراف الثلاثة أن يكون طبيعياً وتلقائياً وأن يفصح عن مشاعره وأفكاره بوضوح وبساطة.. أي أن يكون نفسه.. وألا يتعمد أن يبذل حباً زائداً أو اهتماماً مبلغاً فيه حتى لا تزداد حيرة وصراع وشك الأطراف الأخرى.

* وتزداد المشكلات إذا كان هؤلاء الأطفال قد وصلوا إلى سن المراهقة أو تعدوها إلى أعتاب فترة الشباب حيث تزداد احتياجاتهم وتزداد مشكلاتهم ويزداد تدخلهم في حياة الزوجين ويزداد تأثيرهم.. يستمع الزوج لأبنائه باهتمام أكثر ويقيم وزناً أكبر لآرائهم ويبذل جهداً أكثر لإرضائهم.. وكذلك الزوجة تعتمد على أبنائها لتدعيم موقفها وتقوية ذاتها وقد تتوحد معهم في صراعها ضد زوجها إذا نشأ بين الفريقين خلاف وتشعر أن أولادها هم السند والحماية.

إن ذلك خطأ قاتل يقع فيه الرجل وتقع فيه المرأة.. لأن الأبناء قد يتعمدون أن تصل الأمور الى هذا المأزق الحرج وتكون تلك هي مبارياتهم المفضلة في أن يعطوا الأب أو يعطوا الأم إحساساً زائفاً بالتوحد والتكتل ضد الطرف الآخر. وبذلك ينجحون في خلق العداوة الحقيقية بين الزوجين والتي تهدد الزواج الثاني تهديداً

فعلياً بالفشل.

- ولكن علينا أن نراعي أن الاطفال قد يتعرضون لمعاناة حقيقية إذا أقدمت أمهم على الزواج بعد طلاقها أو بعد موت أبيهم: يضطرب نومهم.. يفقدون شهيتهم للطعام.. يضطربون في الدراسة.. يصعب التركيز.. تزداد العدوانية.. يحدث التبول الليلي اللاإرادي.. إلى آخر قائمة طويلة من المشكلات النفسية والعضوية.. يجب أن نتقبل أنها صدمة نفسية ليست هينة أن يعيشوا مع إنسان غير أبيهم أو غير أمهم.. إنهم معذورون.. ولكن الأب والأم معذوران أيضاً .. وعلينا أن نوازن ونوفق بين أعذار الجميع.

* هكذا الحياة.. محاولات متصلة للتوفيق بين احتياجات ورغبات متعارضة.

* وتزداد المشكلات بالقطع إذا عاش أطفالها وأطفاله معاً في بيت واحد.. يظهر شيء جديد وهو المنافسة القاسية ومحاولة كل طرف أن يدعم أبناءه ويتيح لهم الفرصة للتفوق والبروز وأن يكونوا أفضل في كل مجال.

* وقد يثمر الزواج الجديد عن أطفال جدد إذا كانت المرأة في سن تسمح لها بالإنجاب.. والأطفال الجدد يكونون وحدة جديدة مختلفة عن الأطفال الآخرين.. أطفاله وأطفالها.. فالأطفال الجدد ليسوا أشقاء لأيّ من أطفاله وأطفالها.. وعادة مجيء أطفال جدد يدعم العلاقة في الزواج الثاني ويقلل من التوترات الصراعات ويقلل اهتمامهما الزائد وتحّيزهما لأطفالهما السابقين.

* الطفل الجديد يجمع طرفي الزواج الثاني على هدف جديد ويفتح لهما آفاقاً جديدة تثري حياتهما.. من أقوى دعائم الربط بين اثنين هو الطفل لأنه يمثل

نسيجاً مشتركاً تخلّق من كل منهما.. قطعة من كل طرف.

الطفل هو تجسيد مادي ومعنوي للعلاقة.. أي علاقة دون أطفال من الممكن أن تنتهي وأن تموت.. ولكن العلاقة التي أثمرت طفلاً لا يمكن أن تنتهي ولا يمكن أن تموت لأنها تظل مجسدة في هذا الطفل.. ولذا فإن كثيراً من العلاقات يكتب لها أن تستمر بسبب وجود هذا الطفل وخاصة إذا كان قد جاء عن رغبة حقيقية مشتركة ليعبر عن عمق الارتباط والحب وكذلك أبدية الارتباط.

* إن الزواج الثاني أمر ليس هيناً، إنه يحتاج إلى أرضية صلبة من الفهم وحسن النية.. يحتاج إلى نضج وحب لكي يكتب له الاستمرار.

* إن كثيراً من المشكلات سببها سوء الفهم، وقليلاً من المشكلات سببها سوء النية.

× × ×

طفل مرفوض

* يندهش الإنسان أحياناً إلى حد الغضب حين تواجهه الطبيعة بوجه غير مالوف، حين تفاجئه بالجانب الشاذ، وحين تتحداه بانحرافها.

* ينزعج الإنسان إلى حد الاكتئاب حين يسقط قناع البراءة كاشفاً عن شيطان. حين تنتزع الرحمة من قلب ملاك، وحين يزيح الشر الخير من قلب مؤمن.

* يُصعق الإنسان إلى حد الجنون حين يرى السماء تمطر سمّاً، حين يرى الجذور وهي تتمرد رافضة إمداد ساق النبات وأوراقه بالحياة، وحين يرى القلب عاصياً ورافضاً أن يدفع الدماء إلى الجسد.

* وأيضاً لا يصدق عقل إنسان أن أماً ترفض ابنها أو أماً تكره ابنتها.

* ولكن هذا يحدث وله أسبابه الدفينة والعميقة في قلب هذه الأم المسكينة والتي قد نتهمها بالجمود أو الجنون وأن لها قلباً من حجر.. نكرهها لأنها خيبت التوقعات، وحطمت البديهات. وكسرت المطلق، وقلبت الموازين وزعزعت الاستقرار وأقلقت ضمير الكون.

* وفي غمرة اندهاشنا وغضبنا وقلقنا ننسى أنها إنسانة.. وأن هناك فرقاً بين تدفق النهر وثبات البحيرة الصناعية.. تهطل الأمطار فتحفر طريقاً تلقائياً وتخلق مساراً طبيعياً يموج بالحركة والحياة يثور ويهدأ، يرتفع وينخفض ليفيض ويبخل.. كل ذلك بفعل عوامل طبيعية ومؤثرات كونية.

* هكذا الأم.. الطبيعي والمنطقي والبديهي أن تفيض بالحب والحنان والاهتمام بلا كلل وبلا مقابل.. هكذا صمم الخالق عز وجل وجدانها وشكّل عواطفها وصنع

قلبها من أجل استمرار الحياة في أفضل صورها(وليس أكملها).

* ولكن لأن كل شيء في الكون أراد له الله أن يكون طبيعياً وتلقائياً وخاضعاً للقوانين الكلية.. فإن هذه الأم عاشت سلسلة من الخبرات والصدمات وعانت من آلام وإحباطات وانتصارات ومرّت بأفراح وأحزان هذه الأم عاشت خبرة مع أمها فطبعتها وأثرت فيها لتعيشها مرة أخرى مع ابنتها.. إنه إرث ينتقل من الجدة إلى الأم إلى الابنة أو الابن.

* وعلاقة الأم بطفلها رغم بديهية الحب غير المشروط الذي يحكمها إلا أنها علاقة إنسانية تنمو وتتطور، وتؤثر فيها سلباً وإيجاباً عوامل موضوعية بعضها إرثي وتاريخي وبعضها يرتبط بالواقع المباشر.

* ويجب ألا نشعر بالصدمة ونحن نسمع عن الأم التي تهمل طفلها أو تقسو عليه إلى حد الإيذاء الجسدي والنفسي أو ترفضه تماماً.. فهي أم غير سعيدة.. أم تعاني.. أم تحتاج إلى مساعدة نفسية.

وكما أن الطفل في حاجة إلى أم.. فإن الأم في حاجة إلى طفلها، فهو يغذي مشاعرها بأفخم الأحاسيس وأكثرها ثراء.. إن الذات الحقيقية للمرأة تتحقق وتتأكد مرتين: مرة وهي تجلس في قلب رجل، ومرة وطفلها يجلس في قلبها.

* إذن هذا الارتباط هو حاجة متبادلة بين الأم والطفل.. للطفل حاجات بيولوجية تدفعه للاقتراب والارتباط بأمه.. فهو يبكي من الخوف والجوع والألم والقلق.. وحين تلبي الأم حاجته فهو يبتسم ويصدر أصواتاً تنم عن سرور وارتياح ويتابع أمه بعينيه.. كل ذلك يحرك مشاعر الأمومة ويدعم العلاقة.. وإذا سلمته

الأم لشخص غريب فإن الطفل يحتاج إلى أن يعود إلى ذراعي أمه برغم تلبية احتياجاته عند الأم البديلة.

إن هذا معناه أن الأم الحقيقية تلبي احتياجات أخرى غير الاحتياجات البيولوجية.. وذلك هو السر الأعظم الذي يشكّل طبيعة العلاقة بين الأم والطفل.

إن الطفل لا يحتاج فقط إلى أصابع أمه ولكنه يحتاج أيضاً إلى المجال العاطفي الذي يشع منها ويحيط بها فيشمل الطفل ويغذي احتياجه إلى الحب والانتماء.

* هذه العلاقة قد تضطرب منذ اليوم الأول الذي تلتقي فيه الأم مع طفلها وربما قبل ذلك وهو ما زال جنيناً في رحمها.. ربما منذ اللحظة التي تم فيها الإخصاب.. لحظة رفضتها وارتبطت بأسوأ المشاعر.. وتظل ذكريات هذه اللحظة التعسة مرتبطة للأسف بهذا الطفل المسكين لهذه الأم المسكينة.

* الأم قد ترفض ابنها منذ لحظة ميلاده.. فتشعر ناحيته باللامبالاة.. بالعداء.. تهمله.. تقسو عليه.

* ولأن السنوات الأولى في حياة الطفل تشكل شخصيته وبناءه النفسي وكيانه العاطفي وذلك من خلال علاقته بأبويه.. فإن اضطراب علاقته بأمه يخلق التربة التي تنتعش فيها شتى الاضطرابات العاطفية والانفعالية والسلوكية.

الأم وهي تعطي حنانها واهتمامها فإنها في الوقت نفسه تساعده على تكوين شخصيته الاستقلالية واعتماده على نفسه.. وإذا لم تقدم له الإحساس بالأمان فإنه سيظل متعلقاً بها بشكل مرضي مقلق وسيسعى دائماً للحصول على الاهتمام.. سيكون مندفعاً. يحبط بسرعة، عدائي المشاعر، سلبي، تسيطر عليه مشاعر العجز

والعدوانية.

إن الاحتياج للارتباط ينمو مع الطفل وهو الذي يدفع إلى حب إنسان من الجنس الآخر وحب الأصدقاء وأيضاً يؤدي إلى الإحساس بالأسى والحزن إذا فقد هؤلاء الناس.

* وارتباط الأم بالطفل يتراوح من مجرد قبوله والاهتمام الروتيني به إلى التفرغ الكامل له وإعطائه حناناً بالغاً ورعاية فائقة والدفاع عنه بحياتها.

* ولكن بعض الأمهات وأيضاً بعض الآباء يكونون غير قادرين على إعطاء الحب لأطفالهم، وقد يتعرض هؤلاء الأطفال لقسوة شديدة تدمي الجسد والنفس.

* والغريب.. أن هذا الطفل الذي يتعرض للرفض والعقاب القاسي وإساءة المعاملة يظل مرتبطاً بهذه الأم مقبلاً عليه ويظهر لها دائماً حبه واحتياجه لها، ويظهر تحملاً غير عادي لقسوتها وإيذائها له.. وقد تتحجر دموعه وهو يتعرض للضرب والإهانة ولكنها تعود فتنساب وهو يجلس وحيداً أو وهو في فراشه.. يعتصر الحزن قلب هذا الطفل، وينطوي على حزنه وتضطرب صحته ويضطرب سلوكه ويزداد تعلقه بأمه ويرفض أي بدائل.

* ويتأثر الطفل برفض أمه له أكثر مما يتأثر برفض أبيه.. فارتباط الطفل بالأم أعمق وله جذوره البيولوجية قبل النفسية، ورغم النفور والرفض فإن الحب يظل متصلاً لا ينقطع حتى بالموت.

* لِمَ تنفر الأم من طفلها وترفضه!!

١ - الأم ليست رحماً ومبيضين فقط.. الأم كيان أنثوي. وإحساسها بأنوثتها يسبق

وعيها بأن لها رحماً ومبيضين، إنه إحساس يتكّون ويتأصل منذ مرحلة مبكرة من عمرها.. والأنوثة ليست صفة جنسية وإنما هي إحساس شامل بالانتماء إلى جنس معين له خصائصه وله دوره.. فهناك صفات أنثوية وهناك دور أنثوي.

هذه الصفات تعطيها قوة جذب تشد بها إنساناً من الجنس الآخر، وتنشد هي نحوه لتتكون علاقة تلبي احتياجات عقل وقلب وجسد.. تتحقق رغباتها وتلبي هي رغبات الطرف الآخر.

إذا فقدت المرأة بعض هذه الصفات.. أو إذا توهمت هي (شعوراً بالنقص) أنها تفتقدها اضطرب إحساسها بأنوثتها اضطراباً شديداً.

* أما الدور الأنثوي فهو قدرتها على العطاء.. العطاء لرجل.. والعطاء لطفل.. ولا يكتمل إحساسها بأنوثتها إلا حين تؤدي هذا الدور.. لأسباب كثيرة يضطرب إحساس المرأة بأنوثتها.. وبذلك تفشل في أداء دورها أو يضطرب هذا الدور.

وفيما يتعلق بعلاقتها بطفلها فإن ما تعانيه من اضطراب في إحساسها بأنوثتها يجعلها تشعر بالنفور من طفلها.

وترفضه.. تهمله.. تبعده عنها.. ترفض أن تلمسه بعد ولادته.. ترفض أن تنظر إليه أو تطالعه باندهاش واستغراب واغتراب.. تشعر أنه منفصل عنها.. أنه لا ينتمي إليها.. وكأنها غير جديرة به أو هو غير جدير بها.. وكأنه جاء من امرأة أخرى.. وأن امرأة أخرى أولى به.

هذه إنسانة مضطربة.. لديها اضطراب أوّليّ وأساسيّ في كيانها.. في ذاتها.. في سمات وصفات ومقومات الأنوثة أو هي فاقدة الثقة بنفسها، وبقدراتها وإمكاناتها

ومواهبها كأنثى.. هي أنثى منقوصة وبالتالي غير صالحة لأداء دورها الأنثوي كأم.

- وهذه الأم التي تعاني من مشكلة في أنوثتها تبالغ في المظاهر الأنثوية الشكلية لتعويض النقص الداخلي الذي تشعر به.. تبالغ في زينتها ومظهرها وتكشف أكبر قدر مباح به من جسدها.. تقلق من تقدم العمر وتنزعج حين يكبر أطفالها ويزدادون طولاً وتبدأ المنافسة والصراعات مع ابنتها التي يشير شبابها إلى اقتراب شيخوخة أمها.

٢ - وعلاقتها بزوجها تؤثر على مشاعرها تجاه طفلها.. حب زوجها لها يمتد من قلبها إلى طفلها.. واهتمام زوجها بها تترجمه أصابعها وعيونها إلى حنان مبالغ فيه بطفلها.

إن أي حب واهتمام في حياة الزوجة يؤثر في مشاعرها تجاه طفلها.. فإذا عانت من كراهية زوجها أو اعتراضه أو إهماله تلوثت مشاعرها كأم.. فمن هذا الرجل أتى هذا الطفل.. وما كان ينبغي أن يأتي هذا الطفل إلاّ من حب هذا الرجل.. فإذا جاء بلا حب فلِمَ جاء!!

إن مجيء طفل هو تجسيد للحب لا لمجرد نزوة أو رغبة أو واجب أو حتمية.

- إن الحب هو الذي يدفع بالبذرة إلى أحضان رحم الأم لتتلقفها البويضة بحب متبادل لتنمو نبتة الحب.. فإذا كانت البذرة مدفوعة بالكراهية، وإذا كانت البويضة تلقتها بنفور.. فأيّ نبتة تلك!! ستكون حتماً نبتة الكراهية.. ولهذا أنا أرفضها منذ لحظة تخلّقها الأولى.. وستظل تنمو بين أحشائي بلا حب.. وسيخرج

طفل مني لا اقوى على النظر إليه أو لمسه.

* تلك هي المشاعر الرافضة للأم والتي عانت مع زوجها.

والغريب في الأمر ان الأم لا تنسى أبداً مشاعرها التي تصاحبت لحظة الإخصاب.. أي اللحظة التي جمعتها بزوجها ونتج عنها بداية هذا الطفل.. هذه اللحظات تشكّل مشاعرها المستقبلية تجاه طفلها.. إذا كان الزوج قد اقبل عليها حباً واهتماماً وحناناً ورغبة فعليّة في اللقاء ومن اجل طفل منها يحبه لأنه منها.. فإن الأم لن تنسى هذه اللحظات السعيدة التي صاحبت مجيء هذا الطفل السعيد.

* أما اذا كان الزوج قد اقبل عليها كراهية واضطراراً أو لرغبة عابرة تستوي فيها زوجته مع أي امراة.. فإن الأم لن تنسى هذه اللحظات التعسة التي صاحبت مجيء هذا الطفل التعس.. ستظل تتذكر مشاعر الكراهية والنفور والحنق والعداء والرفض والاشمئزاز واللااستجابة التي سيطرت على وجدانها وقت هذا اللقاء الكريه.

٣ - ومقدرة المراة على ان تكون اماً طبيعية إلى حد كبير لخبرتها مع أمها.. إذا كانت قد عاشت طفولة سعيدة مع أمها أساسها الحب والتقدير فسيمكنها أن تعطي بالقدر نفسه لابنتها.. إن الابنة تعاني أكثر من الابن في العلاقة مع الأم التي عانت من أمها في طفولتها.

* والابنة تكون حساسة بدرجة أكبر لأدق المشاعر الصادرة عن الأم.. حساسية تفوق حساسية الابن.. فالأم بالنسبة للابنة هي المثل الأعلى والنموذج الذي يجب أن يحتذى وصورة الأنثى الحقة.

الابنة تقلّد الأم في كل شيء وخاصة فيما يتعلق بالمظاهر الأنثوية في الملبس

والحركة وطريقة الكلام والتزين وأيضاً في مواقفها التي تتبناها تجاه الجنس الآخر، فهي التي تشكل أفكارها وآراءها واهتماماتها واتجاهاتها في كل موضوعات الحب والجنس والرجل.. وتكون الابنة حساسة أيضاً لمظاهر وحقيقة العلاقة بين أمها وأي رجل آخر.

إن الذي تتوقعه الابنة من الأم هو الاحتواء الكامل ومحاولة صياغتها على الصورة المثلى للأنثى والتضحية الكاملة من أجلها وإنكار الذات وإبراز صفاتها الأنثوية وعدم الدخول معها في مناقشة، بل إنّ الابنة تتوقع أن تتراجع الأم خطوة للوراء لتترك المجال لابنتها لتأكيد ذاتها ومكانتها كأنثى.

الابنة عانت من أمها.. الأم الأنانية العاشقة لذاتها المنصرفة لاهتماماتها الخاصة الحريصة على كل مظاهر أنوثتها على حساب واجباتها كأم.. الأم المسيطرة التي تخنق أحاسيس ابنتها وتئد مشاعرها وتسحق ذاتها كمشروع أنثى تتفتح تحاول أن تنتقل من برعم إلى ثمرة ناضجة.. الأم التي تنافس ابنتها وتقلّل من قدرها وتحط من قيمتها وتسخر من إمكاناتها.. الأم التي تفضّل ابنة على أخرى إلى حدّ عدم الإحساس الكامل بوجود هذه الأخرى وتجاهلها.. إلى حد الإحساس بالعار من تواضع جمالها وتراجع أنوثتها وسخافة عقلها وانحراف طباعها.

ولا شيء يفسد علاقة ابنة بأمها أكثر من تفضيلها لابنة أخرى عليها.

إن مشاعر القهر والإحباط والدونية والنبذ والاحتقار والإهمال التي تعاني منها هذه الابنة تترك آثاراً دامية في مشاعرها وموقفها كأمّ في المستقبل.

إن التاريخ حقّاً يعيد نفسه.. ستقوم بأداء الدور نفسه مع ابنتها.. إذا اضطربت

علاقة الأم بابنتها، فإن هذه الابنة حين تصير أماً ستضطرب علاقتها بابنتها بالشكل نفسه وبالقدر نفسه.

أكرهك كما كرهتني أمي.. أحقد عليك كما حقدت عليّ أمي.. أغير من شبابك كما غارت مني أمي.. أفضّل أختك عليك كما فضلت أمي أختي علي.. ساهملك وأنبذك كما أهملتني ونبذتني أمي.. سادمر أنوثتك كما دمرت أنوثتي أمّي.. سألغيك كامرأة كما ألغتني أمي.. سأجعل حياتك مع كل الرجال صعبة ومستحيلة كما فعلت معي أمي.. سأجعلك تشعرين بالنقص في أنوثتك كما افقدتني أمي الثقة بنفسي.. سأجعلك تقلقين من أجل اهتمام رجل وتشعرين أنك غير جديرة بهذا الاهتمام.. وأتوقع أن تفشلي كأم كما فشلت أمي وكما فشلت أنا أيضاً.. ستكونين تكراراً لفشل كل الأمهات في عائلتنا.

عائلة الإناث الفاشلات.

* هذه الفتاة أو هذه الابنة «أو هذه الأم» عانت من مشاعر أمها الباردة فكرهتها وتمنت موتها.. وهي الآن تعامل ابنتها بالطريقة نفسها حتى تثير لديها المشاعر نفسها التي شعرت بها تجاه أمها في السابق.. أي هي تدفع ابنتها لتكرهها مثلما هي كرهت أمها في الماضي.

٤ - قد تفزع الأم حين ترى طفلها لأول مرة بعد ولادته، فلا تشعر بالارتياح نحوه.. كانت تتوقع أن تحبه ولكن مشاعرها باردة تجاهه!.. وقد تعرف سبب عدم حبها له، وقد يكون السبب كامناً في اللاشعور وهو أن هذا الطفل جاء شبيهاً لإنسان تكرهه او تخافه.. فهو يحمل الصفات الشكلية نفسها لهذا الإنسان الذي لا

تحبه.. وقد يأتي بحركاته نفسها.. وقد يسلك بطريقته.. أو هو يشابهه إلى حد التطابق في الطباع والعادات والأخلاق.. قد يشبه الطفل زوجها أو أباها أو أمها أو شقيقها. وقد تكره أن يكون في الطفل ما يشبهها في بعض صفاتها التي تكرهها في نفسها.. وهذا يحدث مع الابنة عادة وعلى المستوى اللاشعوري.. أي هي لا تدري السر في رفضها لابنتها.. إنها ترفضها لأنها تشبهها في بعض صفاتها.. وهي تكره هذه الصفات في نفسها.. ترفضها ولكنها لا تملك أن تغيرها .. لم تستطع أن تفلت منها.. حاولت ولكنها لم تستطع.

هذه الصفات تدفعها إلى سلوك لا ترضى عنه ولكنها لا تستطيع أن تقاومه.. رغبات اندفاعية قهرية تستسلم لها ثم تندم عليها وتكره نفسها من أجلها.. ولهذا أكرهك يا ابنتي مثلما أكره نفسي أو أكره هذا الجزء فيك مثلما أكرهه في نفسي.. تكره ميلها للانحراف، أو غرورها وتعاليها على الناس، أو كراهيتها للآخرين وتلذذها بإيذائهم، أو برودها وعدم اهتمامها، أو أنانيتها وبخلها أو تغاضيها عن كرامتها وحبها للذل أو عدم ميلها للرجال وفشلها كأنثى.

إن هذه الابنة جاءت لتذكرها بما هو سيّئ فيها وما تكرهه في نفسها.

٥ - ترفض الأم طفلها لأنه جاء بديلاً للطفل الذي مات.. حملت فيه مباشرة أو بعد حين من وفاة طفلها. والطفل الذي مات ترى الأم أنه كان طفلاً مثالياً موهوباً ذكياً، وأنّ الطفل الذي جاء من بعده لن يصل إلى مستواه. وعادة فإنه لا شيء يعوض الطفل الذي ضاع.. وهذا الرفض له دوافعه الكامنة في اللاشعور أيضاً إذا شعرت هذه الأم بتأنيب الضمير لأنها استمتعت بعلاقة مع زوجها أثمرت هذا

الطفل الجديد والذي أرادا به أن يعوضا فقدهما للطفل الذي مات وتلك خيانة له ولذكراه.

إن الطفل الذي يجيء بعد وفاة الطفل الذي سبقه يحاط بمشاعر مضطربة ومختلفة من الوالدين قد تؤدي إلى رفضه ونبذه وإهماله.. ولذا يجب أن تتمهل الأم قبل الإتيان بطفل جديد حتى تخفت إلى حد كبير مشاعر الأسى على طفلها الذي مات.

٦ - وأحياناً يكون هناك تعارض وصراعات بين احتياجات الأم واحتياجات الطفل.. وخاصة الأم العاملة الطموحة التي تشغلها إلى حد كبير طموحاتها خارج البيت وخارج نطاق أنوثتها ودورها كأم.

هذه الأم تنزعج كثيراً بطلبات الطفل الملحة والتي تتطلب تفرغاً وإرهاقاً وتضحية تعوقها عن اهتماماتها الشخصية المرتبطة بتحقيق ذاتها خارج النطاق الطبيعي لكل زوجة وكل أم.

وقد يتسبب ذلك في صراع تعاني منه بعض الوقت، وذلك بأن تشعر بالرفض تجاه طفلها وتقذف به إلى من يهتم باحتياجاته البيولوجية المادية ولكنه يظل مفتقداً للاحتياجات العاطفية والتي لا تستطيع أن تقدمها إلا الأم الحقيقية المتفرغة. هذه الأم لها مشاكلها المتعلقة بإحساسها بذاتها وكيانها وهويتها ومكانتها.. إنها تبحث عن شيء مفقود لا وجود له، ولن تستطيع العثور عليه لأنه شيء وهمي وغير حقيقي ولكن يشغل بالها ويملأ خيالها.. ولأنها لا تريد أن تفقد أي شيء.

ولأنها تريد ان تحصل على كل شيء، ولأنها تريد أن تبدو كاملة امام الناس

وأمام نفسها، فإنها تتزوج وتنجب، ولكن هذا لا يحقق لها إرضاء أو إشباعاً، فتبدي اهتماماً ظاهرياً ولكنها تهمله إهمالاً حقيقياً وتدير ظهرها لتبحث عن الشيء الوهمي المفقود.. وهي فعلاً قد فقدت شيئاً ولكنه داخلها.. إنه الثقة بالنفس والاطمئنان لأنوثتها والتقدير لدورها.

وقد يدفعها زوجها لإهمال طفلها وتركه إذا كان هو أيضاً مشغولاً بطموحاته ويريدها أن تكون معه متفرغة لتساعده في نشاطاته.. أو يريدها للاهتمام به هو شخصياً.. وتشعر هي أنها ستفقده إذا لم تسخر نفسها لراحته وإرضائه حتى على حساب اهتمامها بطفلها.. ولذا فإنها شعورياً بعض الشيء ولا شعورياً تبتعد عن طفلها وربما تنفر منه وتنبذه.

× × ×

هذه هي أسباب رفض الطفل.. وهذه الأم تحتاج لمساعدة مثلما يحتاج طفلها المرفوض.

* والمشكلة أنها لا تستطيع أن ترفض الطفل من كل حياتها.. لا تستطيع أن ترفضه حتى الموت.. وإذا ابتعد عنها بعض الوقت فسيعود إليها ويقبل عليها، وكلما قست عليه أقبل ناحيتها أكثر، وبالتالي يؤجج لديها الصراع، فتقسو أكثر.

هذا الطفل بإقباله وخضوعه وتدلّله يستفز الجزء السادي داخلها.. وفي أحيان يعرض هذا الطفل عنها ويبتعد ويتقرب من أبيه ويهمل أمه أو يعاملها بجفاء أو يظهر كراهيته (المؤقتة) لها، وهنا يستفز مازوخيتها فتقبل عليه.. وتتفنّن في إرضائه.

وهكذا تتأرجح بين الإقبال والإدبار، الحنان والقسوة، والعطف والعدوان.. إرهاق لها وإرهاق للطفل ومزيد من الإفساد لأقدس علاقة.

* أحد مظاهر قسوة هذه الأمّ في فرض نظام صارم يلتزم به الأطفال، وهذا النظام في ظاهره يهدف إلى تنشئة الأطفال تنشئة مثالية.. تهتم بطعامهم وملبسهم ودراستهم ولكن بأسلوب عقابي تهديدي، يضايق الأطفال أكثر مما يسعدهم.. وتسعد هي بضيقهم وتذمرهم.

× × ×

هذه الأم تحتاج لمساعدة لتعرف مصدر مشاعرها السلبية تجاه أبنائها أو تجاه ابن معيّن أو ابنة معيّنة بالذات.

يجب أن تتعرف على صعوبات الماضي واحتياجات الحاضر.

أن تتعرف على مصادر شقائها من حاضرها غير السعيد.

يجب أن ترى أطفالها بعيداً عن متاعب الماضي وآلام الحاضر.. وهذا يحتاج إلى علاج نفسي.

× × ×

أم تعذب طفلها

المرأة تتوق إلى علاقة، بينما الرجل قد يهرب منها.. المرأة تريد أن تتوحّد وتندمج. أما الرجل فيريد أن تكون هناك مسافة.. المرأة تحب الالتزام والإلزام، أما الرجل فيعشق الحرية.. المرأة تصبر كثيراً وتثابر، أما الرجل فيمل ويضجر.. والرجل يخرج طاقته العدوانية في اتجاه الآخرين.. أما المرأة فتوجهها إلى ذاتها أو إلى شيء عزيز عليها.. الرجل يدمر الآخرين.. أما المرأة فتدمر نفسها.. تعبر عن إحباطاتها بإيذاء نفسها.. تأكل كثيراً أو تمتنع عن الأكل.. تنزع شعرها.. تجرح وجهها.

المرأة قد تكتم مشاعر الغضب والحقد والعداوة وتوجه عنفها إلى أقرب الناس إليها. إلى أعز الناس.. أو إلى نفسها.. تسيء إلى نفسها.. فتسرق مثلاً أشياء تافهة لا تحتاج إليها.

معظم السارقات من السيدات يسرقن بلا احتياج مادي.. وقد تشعر بلذة روحية أو جنسية تصاحب السرقة أو حين تؤذي نفسها أو زوجها أو تؤذي ابنها الصغير أو الرضيع.

إنه عدوان كامن وعداوة مختفية تخرج في هذه الصورة الغريبة.. قد يكون اكتئاباً.. وقد يكون ركوداً وبروداً في حياتها.. إنها هنا تسعى للإثارة.. وقد يكون إحباطاً عاطفياً وجنسياً وإنسانياً.. شعور بالنقص واهتزاز الثقة بالنفس من واقع مؤلم تعيشه أو من خبرات في الماضي أجهزت على إحساسها بذاتها وهي طفلة.

* هذه الأم يكون لديها مشاعر غريبة تجاه طفلها.. تشعر بقوتها وسيطرتها عليه وخاصة إذا كانت محبطة في مجالات أخرى وبالذات في علاقتها بزوجها ويكون

طفلها هو ضحيتها.. إنه بضعفه يشبع إحساسها بالسيطرة والقوة والبطش.

* هذه الأم لا ترى ابنها ككيان مستقل.. ولكنها تشعر بانه جزء منها أو جزء من زوجها أو جزء من أمها أو شقيقتها أو شقيقها.. ولذا فهي حين تؤذي هذا الطفل.. فكانها توجه العدوان لذاتها أو لأي من هؤلاء الآخرين.

* تقوم الأم بضرب طفلها بقسوة شديدة إلى حد الإيذاء البدني الشديد وينطوي ذلك على رغبة في تعذيب الطفل وتزيده كلما صرخ من الألم، وتكرر ذلك بسبب أو باختلاق سبب.. وفي ذلك الوقت تشعر الأم بأنها لا تحب طفلها وأنه طفل صعب.. تنتهز فرصة عدم إطاعته لأوامرها الصعبة فتضربه مبررة ذلك بأنها تقوم بتربيته ليكتسب العادات السليمة.. وقد يصعب على الطفل إطاعة أوامرها والالتزام بتعليماتها.. وهنا تشعر الأم بالفشل وتشتعل ثورتها وتشتد قسوتها على الطفل.

* هذه المرأة مندفعة حادة المزاج وحادة الطباع، تنفجر دائماً في ثورات عارمة تؤذي من تطوله يدها أو لسانها من الضعفاء، وخاصة أطفالها.. وذلك يحدث دائماً أو في معظم الأحيان مباشرة عقب إحساسها بالإحباط بعد مناقشة مع زوجها أو امها أو حماتها.

إن إحباطها وشعورها بالمهانة يثير كل أحاسيس القسوة والعنف داخلها عندئذ توجهه إلى الضعفاء الذين يخضعون لسيطرتها كاطفالها أو الخدم.. وقد لا تجد حولها من تفرغ فيه عدوانيتها، وفي هذه الحالة تشعر وكانها معزولة عن العالم.

* هي ذاتها في حاجة إلى الحب والاهتمام.. هذه السيدة تشعر أن أحداً لا يحبها.. وأن أحداً لا يهتم بها.. وقد تشعر انها منبوذة ومكروهة وان عليها ان تبذل جهداً

لتشتري حباً غير حقيقي واهتماماً زائفاً.

هذه الأم تنزعج حين ترى طفلها عاجزاً وفي حاجة إلى اهتمامها وحبها بينما هي غير جديرة بإعطاء هذا الحب.

في تلك اللحظة ترى طفلها وكأنه حيوان مخيف يكشف ضعفها وعجزها عن الحب ويجذب مشاعرها إلى أسفل، وترى العالم كلّه لا يكف عن نقدها وجرح مشاعرها وإشعارها بفشلها كزوجة وكأم.

وإذا حاول أحد أن يهدئ من ثورتها أو حاول أن يداوي جراح الطفل البدنية والنفسية فإن ثورتها تزداد وتتعمد توجيه مزيد من العنف نحو طفلها.. تكون كالبركان الثائر الذي لا يمكن لأحد إيقاف النار المندلعة من جوفه والذي يستمر يقذف بها كل من حوله بلا وعي وبلا هدف ومن أجل لا شيء.

يتصاعد الغليان داخلها ولا تقوى على مزيد من المقاومة فتنفجر بلا راحة وتستمر وتستمر حتى تشعر بالهدوء والراحة فتكف.. ويستثيرها مقاومة الطفل ويستثيرها أيضاً استسلامه.

• والامر قد يصل الى حد من الصعب تصديقه حين تؤذي طفلها بالنار كأن تحرقه.. بسيجارة مشتعلة أو بمكواة ساخنة.

إن هذا يعني قمة اضطرابها الوجداني.. وأحياناً توجه لهذا الطفل أفظع الشتائم وبعضها شتائم جنسية بمعنى انها تنال من كرامة الطفل الصغير أو شرف الطفلة الصغيرة.

• وليس هذا سادية فقط ولكنه يحتوي على قدر كبير من المازوخية أيضا.

فالطفل الذي تؤذيه هو جزء منها، ولذا، فإنها وهي تفعل ذلك فكأنها تؤذي نفسها.. إنها في احتياج لمثل هذا الألم مثل المرأة التي تجرح وجهها وتشوهه أو تنزع شعرها أو تعرض نفسها للخطر حين تسرق أو تسرف في الطعام، ليزداد وزنها وتفسد شكلها أو تمتنع عن الطعام إلى حد النحافة الشديدة.

* والإيذاء النفسي للطفل لا يقل ألماً وأضراراً عن الإيذاء الجسدي.. فالأم قد لا تتوقف عن تحقير طفلها وإهانته والإساءة إليه ولا تظهر ناحيته أية عواطف أو أيّ اهتمام بل وتؤكد باستمرار أنها لا تحبه، وأنها تفضل طفلاً آخر عليه.. إنها حالة من قتل الروح.. المحاولة المدبرة المستمرة لقتل أحاسيس الفرح عند هذا الطفل.

* وهنا يتمزق الطفل وتضطرب أفكاره وأحاسيسه ويسأل نفسه: لِمَ تعاملني أمي أو يعاملني أبي هكذا؟

إن أي أب وأي أم يحبان طفلهما، وبالقطع هما يحباني ولكن يبدو أنني سيّئ.. لا بد أن أمي أو أبي على حق في إيذائي.. وهنا تصاب عواطف الطفل بالشلل التام وذلك من حالة الرعب والحيرة التي تسيطر عليه.. ولذا فهو يستسلم تماماً ويبذل كل جهده ليحصل على حب أمه وأبيه وأن يستحوذ على رضاهما وذلك ليمحو الخوف الذي بداخله.. ويؤكد لنفسه ويقتنع بأن أمه إنسانة طيبة وتحبه وكذلك أبوه، وبأنه هو- أي الطفل - سيّئ وبأنه يستحق العقاب وأنهما إنما يعاقبانه بهذه القسوة من أجل مصلحته.

* الأم التي تعذب طفلها تحطّم كيانه وتمحو شخصيته ويصبح ضعيفاً هشاً سلبياً اعتمادياً لا يقوى على الاعتماد على نفسه، بل يظل مرتبطاً بها ولا يستطيع

الابتعاد عنها.

* هذه الأم ترى أن طفلها سيّئ.. وفي اللاشعور يمثل الجزء السيئ فيها.. إن هذا الطفل دليل على سوئها هي.

* وإذا لم يجد الطفل من ينقذه.. من يساعده ويخفف من آلامه ويمنع قتل روحه فإنه لا يجد إلا أمه أمامه ليتوحد معها.. إنّه يتوحد مع المعتدي ويحبه أكثر ويعجب به.. وكلما كبر الطفل ازداد إعجاباً بأمه التي عذبته وقهرته ويصبح هو بعد ذلك مصدراً لآلام الآخرين وقهرهم.

إن هذا الطفل يتبلد وجدانياً بعد ذلك، ويحمل كماً كبيراً من العداء تجاه الآخرين.. فهو لا يشعر بأحد ولا يتورع عن إيذاء مشاعر الآخرين وجرحهم.. وسينتقل عنفه بعد ذلك إلى أطفاله.. ويبدو الأمر وكأنه وراثة.. ولكن في حقيقة الأمر فإن الطفولة التعسة لأي إنسان تؤثر على علاقته بأطفاله بعد ذلك.

* الأمر نفسه يحدث إذا تعرضت الطفلة للاغتصاب، أي الاعتداء الجنسي، من أبيها أو من شقيقها، أو إذا تعرضت لرؤية مشاهد جنسية عنيفة.

كل هذه الأشياء لها الأثر نفسه المدمر الذي يجعلها عدوانية وخاصة مع أطفالها.

إن الحياة الجنسية المضطربة للطفلة والتي اشتملت على القسوة أو القهر والاستسلام عن ضعف ونفور يولّد عندها الخوف والحقد الذي قد ينقلب إلى عداء لأطفالها.

* والإحباطات التي تواجهها الزوجة وخاصة سوء معاملة الزوج وقهره لها وخاصة إذا كانت في ظروف لا تسمح لها بالطلاق أو الاستقلال عنه.

هذا القهر المستمر والعجز الدائم يجعلها تبحث عن أشخاص ضعفاء لتكرّر معهم حالة القهر التي تعيشها.. والأطفال هم أضعف الناس.. يليهم الخدم.. وقد تسيء معاملة موظفيها الذين يعملون تحت رئاستها فتتعمد إهانتهم وخاصة الرجال منهم وجرح مشاعرهم وتهديد مستقبلهم.

× × ×

الطب النفسي يتعامل مع هذه الأم على أنها مريضة.. وفي كل دول العالم فإن القانون يعاقب هذه السيدة وكذلك ينزع طفلها منها، إلا إذا أثبت الطبيب النفسي أنها مريضة وفي هذه الحالة تعالج ولا يعود لها طفلها إلا إذا أقر الطبيب النفسي صلاحيتها لرعاية طفلها.. وكذلك الأب قد يواجه عقوبة السجن إذا ثبت أنه يعذب طفله.. إنّ القانون يحمي الأطفال من عملية قتل الروح التي قد يتعرضون لها من الآباء والأمهات.

* ولا يوجد أتعس من هذه الأم التي تمثل أقصى صور الشذوذ في الطبيعة الإنسانية.. ولكن الطب النفسي لا يعترف بكلمتي الشذوذ والإجرام.. فالمريض هو إنسان ضعيف وهو غير مسؤول عن مرضه.

وهناك أسباب أدت إلى هذا المرض: طفولة غير سعيدة، اعتداء جنسي مبكر، انهيار الثقة بالنفس، افتقاد الحب والاحترام والقبول من الناس، سوء معاملة الزوج. أسباب كثيرة بعضها ظاهر وبعضها خفي.. بعضها يكتشفه الطبيب بسهولة والبعض الآخر كامن في اللاشعور يحتاج إلى الغوص في أعماق المريض.

* ولا أحد يكره نفسه مثلما تكره هذه الأم نفسها، وإن بدت على السطح أنها

نرجسية أنانية عاشقة لنفسها.

- يجب أن نساعد هذه الأم على أن تشعر وأن تنعم بحب الآخرين.. فإذا شعرت بحب الآخرين عادت إليها ثقتها بنفسها وهدأت روحها وأحبت كل الناس.

* يجب أن نوفر لهذه الأم الحياة المستقرة التي تشعر فيها بالأمان والحماية وتستمتع بحب أقرب الناس إليها وبذلك تشعر بكيانها الإنساني الأنثوي.

* هذه هي الاحتياجات الطبيعية لأي امرأة ولأي أم.. إنها تعيش على الحب لتعطي الحب.

الاعتداء الجنسي على الأطفال

* لقد صدمتنا الأم التي تعاقب طفلها إلى حد قتل الروح.. ولكن الشيء الأفظع هو ان تتعرّض الطفلة الصغيرة إلى العبث الجنسي من الأب أو الأخ.. وذلك نوع آخر من قتل الروح أي ننتزع من هذه الطفلة الصغيرة أي قدرة علي الإحساس بالفرح ليس فقط الآن، ولكن في كل مراحل حياتها.

* الاعتداء الجنسي على الطفلة الصغيرة هو من أخطر الصدمات النفسية التي تتعرض لها والتي تؤثر في شخصيتها وانوثتها وعلاقتها بالناس وبزوجها وأطفالها.. تظل هذه الآثار النفسية المدمرة معها طوال حياتها لا تستطيع الخلاص منها إلا بالعلاج النفسي المضني.

* وقد لا تلجأ للطبيب النفسي طوال حياتها لأنها تكون قد نسيت حادثة الاعتداء التي تترك العقل الواعي وتهبط إلى اللاشعور.. وفي اللاشعور فإنها تظل حية مستعرة، وتتسبب في كثير من الاضطرابات والمعاناة التي تفسد عليها حياتها.. فتفقد القدرة على الحب وتفقد القدرة على الاستمتاع الجنسي.. وتضطرب علاقتها بزوجها.. وتسيء معاملة اطفالها.. وهي لا تدري سبباً لكل ذلك.

* وقد تاتي الأسرة بهذه الفتاة إلى العيادة النفسية وهي في سن المراهقة، أو في بداية الشباب، شاكية من انحرافها الجنسي وتعدّد علاقاتها وكثرة هروبها من البيت وتعثرها الدراسي.

* وقد تاتي السيدة الوقور إلى العيادة النفسية شاكية فتورها العاطفي والجنسي تجاه زوجها.. أو شاكية من قسوتها غير المعقولة وغير المفهومة تجاه اطفالها.. أو شاكية من عدم قدرتها على التعامل مع الناس، وكذلك مشاعر الاكتئاب التي

تسيطر عليها معظم الوقت.

* حالات ليست قليلة نستطيع أن نتعرف عليها في العيادة النفسية وذلك بعد عدة مقابلات، وبعد أن تطمئن المريضة إلى طبيبها، فإنها تعود إلى الوراء وتسترجع آلامها وتفصح عن اعتداء جنسي وقع عليها من أبيها وهي في الخامسة من عمرها واستمر لعدة سنوات.

* والإحصائيات القادمة من الولايات المتحدة الأمريكية تقول إن حوالي ١٠ إلى ٣٠٪ من النساء قد تعرضن إلى اعتداء جنسي في طفولتهن، وأنه في ٥٠٪ من الحالات كان المعتدي هو أحد أفراد الأسرة.. الأب في ٧٥٪ من الحالات، والأخ أو الجد أو العم أو الخال في ٢٥٪.

* وآثار هذا الاعتداء تتوقف على عدة عوامل مثل السن التي حصل فيها الاعتداء، ومدة استمراره، ودرجة قرابة المعتدي، وإذا كان أحد أفراد الأسرة قد اكتشف الأمر مثل الأم أو الأخت.. وإذا حدث الاعتداء في السن الصغيرة.. كانت آثاره المدمرة أكثر.. والاعتداء إذا وقع من شخص غريب يكون أقل أثراً من اعتداء الأب أو الأخ.

* والسن التي يحصل عادة فيها الاعتداء بين الثالثة والسادسة.. وفي البداية لا تفهم الطفلة ما يحدث ولكنها تعتقد أنه أمر خطير، من نظرات الأب واختياره أوقات معينة وتهديده لها بألا تخبر أحداً.. وقد تتصور الطفلة الصغيرة أن كل الآباء يفعلون ذلك مع بناتهم، ولكن تكتشف عكس ذلك فتكره أباها كراهية عنيفة.. وقد تخبر أمها أو شقيقتها أو صديقتها، وقد تنطوي على سرها مدى حياتها.

* وهذه الأسرة تتمتع بأسوأ علاقات بين أفرادها.. إنها علاقات محبطة لا تحقق

الإرضاء والإشباع النفسي الاجتماعي لأي من أفرادها، سواء الزوج أو الزوجة، وبالتالي الأبناء.. وهذا يعوق النمو النفسي الصحيح لأطفال هذه الأسرة وخاصة الطفلة الصغيرة التي تتعرض للاعتداء الجنسي فتصاب باضطراب شديد في شخصيتها وفي إحساسها بذاتها.

* عادة الأم تكون فاترة، عواطفها محدودة، لا يشعر بها أحد، لا تتجاوب إنسانياً، باردة المشاعر.. وهي ذاتها في أغلب الأحوال تعرضت في طفولتها لمثل هذا الاعتداء.. والأب بالرغم من سيطرته وهيمنته في البيت، إلاّ أنه خارج البيت يكون فاقداً الثقة بنفسه، يعمل كثيراً ولكنه قليل الأصدقاء، وهو ذاته ربما قد تعرض للاعتداء الجنسي في طفولته، أو تعرض للقسوة الشديدة إلى حد الإيذاء البدني من والديه.. وعلاقته بزوجته مضطربة، وكل منهما لا يلبي الحد الأدنى من الاحتياج العاطفي والجنسي للطرف الآخر.

※ ماذا يحدث لهذه الطفلة..؟

قد يتولاها الرعب ولا تستطيع أن تتحرك أو تتكلم وكأنها مصابة بالشلل.. والأب أو الجد أو الخال أو العم قد يستعمل القسوة، أما الأخ فعادة ما يتحاور معها ويسامرها ويوهمها بأنهما يقومان بتمثيلية أو أنهما يلعبان فتأتي له وتصدقه وتسعد باهتمامه بها.. وعادة ما تستجيب الطفلة لتهديدات المعتدي بعدم الإفصاح لأي أحد بهذا الأمر.

* وتشعر الطفلة أو الفتاة الصغيرة بالذنب لموافقتها على استمرار العلاقة.. تشعر بالذنب لأنها أخذت مكان أمها.. وتشعر بالذنب لحصولها على اهتمام أبيها أكثر من

اهتمامه بأخواتها وإخوتها.. وقد تشعر بالغيرة من شقيقتها الصغرى حين يذهب إليها أبوها.

* تفقد الطفلة الصغيرة قدرتها على الشعور بأي سعادة في الحياة.. تنخفض روحها المعنوية وتفقد ثقتها بنفسها وتصبح أميل إلى الاكتئاب بصفة مستمرة.

* تتأثر مشاعرها ومواقفها من الرجل بشكل عام، فتصبح أي إيماءة أو إشارة أو قول يحمل معنى جنسياً.. والعلاقة مع زوجها تصبح مضطربة ويصبح اللمس بالنسبة لها بديلاً للتعبير عن الحب فهي لا تعرف الحب أو الاهتمام إلا من هذا الجانب.

* والطفلة الصغيرة قد تصاب باضطرابات كثيرة من الأحلام المزعجة والرعب أثناء النوم والتبول الليلي اللاإرادي، ومن الأعراض البدنية كأن تشكو من آلام في معدتها.. وكذلك اضطرابات سلوكية كالهرب من البيت والسرقة والكذب والتعثر الدراسي، وشتى الانحرافات الجنسية وذلك في سن مبكرة.. كأن تصادق كثيراً من الشباب وتقيم معهم علاقات جنسية.

* وفي سن المراهقة تجد صعوبة في تكوين صداقات مع الفتيات.. تشعر بأنها مختلفة عن بقية الفتيات.. كما تجد صعوبة في أن ترتبط عاطفيا بشاب.. تشعر أن جسدها مدنّس وقذر، وأن أحداً لن يحبها.. تعاني من قدر كبير من فقدان الثقة بالنفس.

* هذه الفتاة قد تنحرف انحرافاً جنسياً خطيراً وتتعدد علاقتها بالرجال، فهي في حالة من الجوع الدائم للحب الذي لم تحصل عليه من أمها في طفولتها.. ويتكرّر

هروبها من البيت..

وفي دراسة حديثة من إنجلترا أثبتت أن كثيراً من البغايا(الساقطات)، قد تعرضن للاعتداء الجنسي في طفولتهن من أحد أفراد الأسرة، والبعض الآخر تعرضن للاغتصاب.. وكذلك نسبة ليست قليلة من المدمنات قد تعرضن إما للاعتداء الجنسي من أحد أفراد الأسرة أو الاغتصاب.

* إذن الصدمات الجنسية في طفولة أي فتاة تؤثر فيها تأثيراً خطيراً وتؤدي إلى انحرافات جنسية وسلوكية وإدمان.. ومنهن من يحاولن الانتحار عدة مرات.

* وهي زوجة فاشلة.. وام فاشلة أيضاً.

* وبدلاً من ان تحصل على الجنس من خلال علاقة حبّ، فإنّها تحاول ان تحصل على الحب من خلال العلاقات الجنسية ولهذا تتعدد علاقاتها..

وحين تتوقف علاقتها برجل وتشعر أنه يحبها فإنها تسارع وتقطع علاقتها به، وهي بذلك لا شعورياً تعاقب والدها.. وهي لا تستمتع جنسياً وانما تتقلّص عضلات الحوض والساقين عندما يلمسها الرجل ولا تصل إلى الذروة.. إطفاء جنسي كامل على مستوى الشعور واللاشعور بالرغم من حرصها على العلاقة الجنسية مع الرجل الذي تعرفه، بل تسعى إليها بشكل مبالغ فيه.. إن هذه الفتاة لا تستطيع أن تمتنع عن الجنس.. فالجسد يصبح هو الوسيلة للتعبير عن الحب.. إنها تحتاج للجنس بشدة ولكن ليس بهدف المتعة الجنسية، ولكن لتروي احاسيسها المتوهجة المتعطشة للحب الذي فقدته تماماً في طفولتها من أمها المتبلدة الباردة الأنانية، ومن ابيها المتوحش.

* وتفقد ثقتها بالرجل، فتنظر إلى كل رجل على انه موضوع جنسي.. لا يهتم بها كإنسانة وإنما لا يريد منها إلا الجنس.. وقد تختار زوجاً ضعيفاً جنسياً ولكن ما يهمها أن يكون متفهماً.. وقد تختار زوجاً قاسياً وعنيفاً وتستمر معه على الرغم من إهاناته وضربه لها وتحقيره لشأنها.. وهي تشعر أنها تستحق ذلك.

* وفي كل مرة تمارس فيها الجنس تعاودها ذكرى اعتداءات أبيها، ولذا تهرب منها أحاسيسها الجنسية وتتقلص عضلاتها.. ونفس هذه العضلات تتقلص عندما يفحصها طبيب أمراض النساء.

* وهي أم فاشلة.. والبداية حين لا تستطيع لمس طفلها ولا تستطيع الاعتناء به. وتضرب أطفالها بقسوة وتؤذي مشاعرهم بالإهانات وتعذبهم بأفظع الشتائم ومعظمها شتائم تحمل معاني جنسية.. وأيضاً تتحدث في الموضوعات الجنسية أمام أطفالها دون حرج ومع صديقاتها.. وتتبسط في أحاديثها مع الرجال وتتناول موضوعات جنسية على الرغم من حداثة معرفتها بهم.

* وتجد صعوبات في صداقاتها بالنساء ولذا فمعظم أصدقائها من الرجال وتستريح أكثر في تعاملها مع الرجال.

* وتقطع كل صلاتها بأسرتها بعد انفصالها عنهم.

* وقد تستمر القطيعة سنوات دون سبب واضح.. ولأن كل إنسان يحب أن يكون فخوراً بوالديه، فإنها تلقي باللوم على نفسها وتشعر بأن السوء كله يتركز في أنوثتها أو أن أنوثتها هي مصدر السوء والفساد: رحمها ومهبلها وهذا بالقطع يؤثر في أحاسيسها الجنسية وفي أمومتها..

باختصار الآثار هي: الإحساس بالذنب والغضب والتشويه والعجز والخوف وعدم الثقة بالرجال أو بالنساء، وصعوبة إقامة علاقات مع الناس والفشل كزوجة وكام والبرود الجنسي.

والعلاج النفسي يبدد الكثير من هذه الآثار.. يساعد على التئام بعض الجراح القديمة.

* وإذا كانت محظوظة فإن علاجها قد يتم خارج العيادة النفسية من خلال حب صادق وحقيقي من رجل يعيد لها الثقة بالناس وخاصة الرجال.. ومن خلاله تعرف طريقها إلى الجنس الصحيح من خلال الحب وليس العكس.. رجل يحبها لذاتها ويدهشها بمثاليته ويحرك داخلها إمكاناتها الأخلاقية الإنسانية فتحبه كموضوع إنساني لا كموضوع جنسي..

ومن خلال علاقة الحب هذه تتخلص تدريجياً، ودون أن تدري من آثار التشويه التي أصابت مشاعرها، وتتخلص من المفاهيم الخاطئة التي لوثت أفكارها، وتبدأ في حب نفسها من خلال حبها للطهارة.. والحب الحقيقي يطور الشخصية فينقلها من الشر إلى الخير، ومن الدنس إلى الطهارة ومن الخوف إلى الشجاعة، ومن العزلة إلى الانطلاق، ومن الشك إلى الثقة، ومن الاكتئاب إلى البهجة.

* هذه الإنسانة التي تعرضت في طفولتها إلى الاعتداء الجنسي، وأثر فيها إلى حد المرض حين كبرت.. تحتاج إما إلى الطبيب النفسي أو إلى رجل تحبه ويحبها.

× × ×

امرأة ليست شاذة

* ليت هناك ميكروسكوب نستطيع أن نرى به دقائق النفس البشرية.. فكم هو حساس ودقيق ورقيق نسيج النفس، وكم هي عيوننا عاجزة وحائرة لا تستطيع أن تصل إلى ما هو أبعد من السطح، وكم هي عقولنا قاصرة عن الوصول إلى الأعماق لتفهم أسراراً بالغة التعقيد وتناقضات محيّرة وصراعات شائكة.

* ليتنا نفهم سر القلوب أو سر العواطف وهي تتجه بتلقائية وعفوية ودون تخطيط وبلا أسباب نحو شخص معين فيصبح هو الشخص الأول والأهم والأقرب والأحب ومن بعده ودونه تخلو الدنيا من كل معنى.

* ليتنا نتعرف بدقة على الحدود الفاصلة بين ما هو طبيعي وغير طبيعي.. وليتنا قبل ذلك نعرف بالتحديد ما هو الطبيعي ولِمَ اعتبرناه طبيعياً..

هل الطبيعي هو الشائع وغير الطبيعي هو النادر..؟ وهل يجوز استخدام لغة الحساب والإحصاء في فهم المشاعر والعواطف والأفكار وتفسير السلوك؟ وإذا تساوى الناس في عدد الكريّات الحمر التي تسبح في دمائهم فإلى أي مدى يتشابهون في حركة الوجدان ونزوع الفكر وإدراك المعنى..؟

وحتى الأجهزة البيولوجية إذا تشابهت تشريحياً وفسيولوجياً، فهل تتشابه الدوافع التي تحركها والرغبات التي تسيرها والمعوقات التي تعطلها؟

- لِمَ تميل المرأة إلى الرجل؟.. لِمَ تميل المرأة إلى رجل معين دون بقية الرجال؟. ولأن معظم النساء يملن إلى الرجال، فهل يكون ميل المرأة إلى المرأة غير طبيعي؟.. وهل ما يحرك مشاعر المرأة تجاه الرجل هو في الأساس جنسي أم عاطفي.. أم هو جنسي عاطفي أو عاطفي جنسي؟.. وهل هناك ميل جنسي خالص.. وميل عاطفي

خالص؟..

وحين تميل امـرأة لامـرأة هل هـو ميل جنسـي أم ميل عـاطفي أم ميـل جنسي عـاطفي أو عاطفـي جنسي؟.. هل هناك مـيل جنسي خـالص بين امرأة وامـرأة؟ وهل هناك ميل عاطفي خالص بين امرأة وامرأة؟

* حتى هـذه اللحظة، نحن لا نمـلك الميكروسكوب الذي يسـتطيع أن يـرى دقـائق هذه المشاعر وتلك الأحاسيس، ليـفهمها ويفسرها ليدرك العقل معناها وليعرف أسرار المعاناة التي قـد تنشأ عنهـا.. معاناة تسـبب ألماً يتعامل مـعه الطبيب الـنفسي في بعض الأحيان.

والمرأة قـد تكتـشف انها لا تسـتطيع أن تميـل إلى رجل مـثل معظم النسـاء.. وفي مـرحلة وربما بالصدفـة تكتـشف أنها تميل إلى امـرأة معيـنة.. ارتبـاط غريب يختـلف عن ارتبـاطها بزمـيـلاتها وصـديقـاتها ارتبـاط خاص جـداً بمعنى أن تصـبح هذه المرأة التي مـالت إليـهـا هي الأولى في حـيـاتها والأهم والأقـرب والأحب ومن بعـدها ودونهـا تخلو الـدنيا من كل معنى.

* وتتـردد في الإفـصـاح عن مـشـاعـرها.. ينـتـابهـا الخـوف ويسـاورها الـقلق، ولكن طغيـان الإحـسـاس يجعـلها تـشتـاق وتقـبل وتهـتـم وتضحـي.. المهـم أن تحظى بالرؤية والاقتـراب.. السعادة الحقيقية أن تكون قـريبة منها وأن يكون بينهما صفاء ورضا.

وتعذبها أسئلة كثيرة:

* ماذا ستظن بي تلك الإنسانة التي تشغل فكري وتملأ وجداني؟

* ماذا سـيظن الناس بي إذا عرفوا أنـنـي استبـعدت كل الرجال وانصب اهـتمامي

فقط على تلك المرأة؟

* هل ستتجاوب تلك الإنسانة معي وأصبح أنا بالنسبة لها الأولى والأهم والأقرب والأحب؟

* ماذا أنا فاعلة إذا رفضت أن أكون لديها بهذه الخصوصية.. ماذا إذا ابتعدت عني وفضلت إنسانة اخرى أو إنساناً آخر؟.. اي مصيبة واي حزن؟

- ماذا سافعل بمستقبلي.. هل اصلح للزواج من رجل؟.. هل اصلح ان اكون أماً؟

* ما هي حقيقة مشاعري؟.. اي نوع من الميل؟ اهو حب مثل حب المراة للرجل؟.. هل ارغب فيها مثلما ترغب المرأة في الرجل؟

* أسئلة حائرة تشقى بها.. وتؤجل كثيراً أو تتجاهل السؤال الصريح المباشر.

هل أنا شاذة؟

* وتعود فتتامل حقيقة مشاعرها.. وقد تكتشف انه حب خالص يخلو تماماً من أي رغبة جنسية..

حقيقة انها تسعد بضمها وتقبيلها، ولكن بدافع شوقها وشدة وجدها وفرط عشقها ودون أن يتحرك لديها اي إحساس جنسي، بل هي تشمئز لأي خاطر جنسي يصورهما معاً.

* ولكن امراة اخرى تعيش نفس القصة قد تكشف منذ البداية أن هذا الميل ينطوي على رغبة جنسية لا تنفصل عن رغبتها العاطفية.. إنّها تحبها.. ومن حبها تحب أن تمارس معها العلاقة التي تجسّد الحب وتحقق اكتماله باستخدام لغة الجسد.

وهذه المراة تكون في مشكلة اكبر وتواجهها صعوبات اعقد.. إذ كيف سيتحقق لها ذلك؟.. إلى أي مدى سيتجاوب الطرف الآخر عاطفياً ثم جنسياً؟.. إن هذه المرأة لا تتصور أن يكون بينهما حب فقط.. بل الحب عندها أن يكون بينهما جنس ايضاً.. إن بها رغبة جنسية فعلية تجاه من تحب ولا تستطيع أن تقهرها وبعد ذلك لن تستطيع أن تخفيها.. ثم عليها ان تحذر وان تجتهد في إخفاء تلك الميول لأن الجميع يدينون ذلك الشذوذ القاطع.

* وامرأة ثالثة تعيش نفس القصة قد تكتشف منذ البداية ان ميلها لامراة أخرى، إنما هو ميل جنسي محض.. إنها تتمناها كموضوع جنسي.. وهي من البداية، منذ صغرها، منذ مراهقتها. منذ ان نضجت وهي تانف وتشمئز من الرجال.. ثم بغتة وعلى حين فجاة ظهر ميلها الجنسي الواضح تجاه النساء، ثم حطت على هذه المراة التي فجرت فيها كل الرغبات الجسدية الخالصة.

- إذن نحن امام ثلاثة انواع من النساء:

- هناك من تحب حباً عاطفياً خالصاً.

- وهناك من تحب الحب بشقيه العاطفي والجسدي.

- وهناك من تحب حباً جسدياً خالصاً.

- ونحاول أن نقترب أكثر لعلنا بعيوننا المجردة المدعمة بعقل حائر ووجدان صادق ان نفهم وأن نشعر وان نسمع أفكار تلك النفوس الحائرة ومشاعرها واناتها.

- المرأة الأولى هي امرأة عاشقة مثل اي امراة تعشق رجلاً.. حب خالص يصل إلى اقصى مدى ويحقق إشباعاً كاملاً فكرياً ووجدانياً اي نفسياً وتستغني به عن

عواطف أي إنسان آخر ولا تشعر هي بميل ناحية أي إنسان آخر، امرأة أو رجلاً..

وهذا الحب يشغل تفكيرها كل الوقت وقد يصرفها عن اهتمامات أخرى كثيرة في حياتها، وقد يستحوذ على جزء كبير من وقتها تقضيه مع من تحب وترعى شؤونها وتقضي مصالحها، وتهتم بكلّ أمر يتعلق بها.. ولا بد أن تعرف أين هي، في أي وقت، وماذا فعلت بيومها، ومن قابلت ومع من تحدثت..

وإذا كان الطرف الآخر متجاوباً بالقدر نفسه، فإنهما يقضيان وقتاً طويلاً معاً، معظم النهار أو معظم الليل ومعظم أيام الأسبوع.. وإذا لم يكن باللقاء المباشر فإنه يكون عبر التليفون، ولا يملان الحديث ساعات طويلة، وتعرف كل واحدة عن الأخرى أدق تفاصيل حياتها وما يجول بخاطرها..

والغريب في الأمر أن إحداهما قد تأخذ الدور التقليدي للرجل أي الراعي المهتم الذي يأخذ المبادأة ويتحمل مسؤولية العلاقة بكل جوانبها، وتأخذ الأخرى الدور التقليدي للمرأة الخاضعة الرقيقة المتلقية المستجيبة المستقبلة.. وباستثناء العلاقة الجنسية فإنهما إذا عاشا في مكان واحد فإنهما يصبحان كزوجين ويتفاعلان كزوجين.

* وهذه العلاقة تحقق إشباعاً لا حد له لكل منهما.. تشعر كل واحدة مع الأخرى بالأمان، وصفاء الخاطر والإئتناس والامتلاء والاكتمال وتغمرهما سعادة حقيقية وفرحة غامرة مستديمة.. ولا يعكر صفوهما إلا وجود طرف ثالث يحاول أن يقتطع من وقتهما معاً أو محاولاً الاستئثار بإحداهما أو معلقاً وناقداً.. وتتعس كل واحدة منهما بأي خلاف أو شقاق بينهما.. يتخاصمان ويتصالحان ويختلفان

ويتفقان.. ويكون الجرح مؤثراً وموجعاً وعميقاً إذا آذت إحداهما الأخرى بقصد أو دون قصد، أو إذا حاولت أن تبتعد عنها ظاهرياً عامدة أو لانشغال حقيقي.. إن كل واحدة تريد أن تكون عند الأخرى هي الأولى والأخيرة والمفضلة وأن تترك كل الدنيا من أجلها.

* والخيانة الحقيقية في أن تتزوج إحداهما.. وفي مثل هذه العلاقات قد تتزوج المرأة لدرء الشبهة عنها أو تحت ضغوط اجتماعية أو حيث لا مفر على الإطلاق من الزواج في بعض العائلات ذات المكانة الخاصة..

وقد تبدأ قصة الحب والسيدتان متزوجتان فعلاً أو أن تكون إحداهن فقط متزوجة.

وعلينا أن نفرق بين عدة أنواع داخل هذه العلاقة.. فهناك المرأة التي تحب امرأة حباً حقيقياً خالصاً ولكنها في الوقت نفسه تستطيع الزواج وتستطيع أن تعاشر زوجها جنسيا وهناك المرأة التي لا تستطيع إطلاقاً أن تتزوج واذا تزوجت فإنها لا تستجيب جنسيا على الإطلاق، وهناك المرأة التي تتزوج لمجرد الزواج، ولكنها لا تحمل أية عواطف لزوجها، ولا تستجيب له جنسيا وإنما عواطفها متجهة كلية الى المرأة التي تحبها..

إذن هناك حب ينشأ بين امرأتين متزوجتين، وحب ينشا بين امرأة متزوجة وأخرى غير متزوجة، وحب ينشا بين امرأتين غير متزوجتين، وقد تتزوج إحداهن أو كلاهما بعد ذلك، وقد لا تتزوجان على الإطلاق حيث لا تستطيعان ذلك فهذه هي ميولهما الصرفة الخالصة والتي تجسدت في علاقة الحب والتي تحقق لهما

الإرضاء الكامل.

* ومن الشائع ان نرى الفتاة الصغيرة تحب حباً جماً فتاة أخرى في مثل سنها او اكبر منها في المدرسة، أو تحب معلمتها او تحب سيدة معروفة.. وهذا الشيء طبيعي تمر به بعض الفتيات في مرحلة المراهقة، وقد تمتد إلى ما بعد المراهقة بقليل وذلك يحدث في الوقت الذي تضعف فيه نسبياً علاقتها بامها ويتيح لها ذلك التوحد مع شخصيات نسائية أخرى..

وفي سن المراهقة ومع بداية مشاعرها الجنسية فإن خيالاتها الجنسية قد تكون مع امراة.. وقد تعجب بجسد فتاة اخرى.. ومن باب الاستطلاع قد تحدث مداعبات جنسية بينها وبين فتاة اخرى، وذلك نوع من الاستكشاف الجنسي.. ويحدث لمرات قليلة ولا يكون له اي تاثير في المستقبل الجنسي والعاطفي للفتاة.. اي لا يكون له تاثير في تحديد مسار ميولها بعد ذلك.

* والحقيقة أن الإنسان ثنائي الجنسية، وينجذب لكلا الجنسين في بداية تفتح مشاعره الجنسية، وليس بالضروري ان يكون الميل جنسياً كاملاً.. بمعنى ان تستبد به الرغبة للممارسة الجنسية، ولكنه قد يكون ميلاً وجدانياً يجعله يشعر بحب فعلي تجاه واحد من أفراد جنسه، وهذا لا يمنع من ان يرتبط عاطفياً مع فرد من الجنس الآخر.

إن وجود ميل عاطفي تجاه الجنس نفسه لا يستبعد تماماً الميل لجنس آخر.. وفي الأحوال الشائعة او الطبيعية إذا جاز التعبير.. فإن الإنسان بعد ان يمر بهذه المرحلة التي قد ينجذب فيها إلى كلا الجنسين فإن مشاعره تتحدد بشكل قاطع

ويميل ناحية الجنس الآخر وتتحدد علاقته بنفس جنسه في إطار الصداقة ولا تتعداها.

* المرأة الثانية حبها مختلف عن المرأة الأولى.. حبها يشتمل على الميل العاطفي والجنسي تجاه امرأة أخرى.. وهي لا ترضى بالعاطفة فقط.. إنها تشعر أن هناك شيئاً ناقصاً.. ولا يتحقق الاكتمال إلا بالعلاقة الجنسية.. والعاطفة لا تغني عن الجنس، والجنس لا يغني عن العاطفة.. أي أن ميلها ليس جنسياً خالصاً.. وهي لا ترتبط بامرأة أخرى لدوافع أو رغبات جنسية خالصة، كما أنها لا تستطيع أن تمارس الجنس مع امرأة إلا في إطار العاطفة..

وفي الحقيقة أن العاطفة تكون هي المدخل.. هي الشرارة الأولى.. هي الرباط الأول الذي يدعمه الجنس بعد ذلك.. ولذلك فهذه العلاقات يتحقق لها الإخلاص والوفاء حيث لا تعددية أو هي لا تقوى على أن تعيش علاقتين في وقت واحد..

وهي نوعان من العلاقات لها صفة الاستمرارية أي تستمر وقتاً طويلاً دون ملل ودون رغبة في التغيير.. فالسند لها ودعامة الاستمرار هو العاطفة..

وهي علاقة تتمتع بكل السمات العاطفية التي تحظى بها النوعية الأولى من العلاقات.. وهي علاقات الحب الخالص دون جنس، حيث الاهتمام الزائد والتضحية والعطاء دون مقابل والسعادة الكاملة والفرحة الغامرة باللقاء، والاستحواذ الكامل على الوقت والتفكير.

إنها مرارة العتاب ونار الغيرة وآلام الابتعاد ولوعة الاشتياق وقسوة الخصام..

وإحداهما تلعب الدور التقليدي للرجل عاطفياً وجنسياً والأخرى تلعب الدور

التقليدي للمراة عاطفياً وجنسياً..

وهذا امر غـريب وطريف.. فحتى في العلاقات بين المرأة والمراة لا بد ان يسود طرف وان يخضع طرف آخر..

لا بد أن يعطي طرف وان يتلقى طرف آخر.. لا بد أن يرسل طرف وان يستقبل طرف آخر.. لا بد أن يسعد طرف بسيطرته وأن يسعد طرف آخر باستسلامه.. لا بد ان يزهو طرف بقوته وان يهنأ طرف آخر بضعفه.. لا بد أن تتسم شخصية طرف ببعض السادية وان تتسم شخصية الطرف الآخر بالمازوخية..

ويبدو أن هذا هو النسق الطبيعي والشكل النموذجي لأي علاقة عاطفية او عاطفية جنسية أو جنسية.. هذا هو النسق الطبيعي حتى في داخل العلاقات غير الطبيعية.

* هذه المراة قد تتزوج ولكنها لن تستجيب جنسياً مع الرجل.. في أحوال نادرة جداً تستطيع مثل هذه المراة ان تستجيب جنسياً مع الرجال لأن أخطر ما في هذه العلاقة هو البعد العاطفي.. فالعاطفة تجعل ميلها الجنسي ناحية المراة أقوى ولا تترك لها اي فرصة للاستجابة مع الرجل..

إنها عاطفة يدعمها الجنس او يشكل الجنس أحد اركانها الهامة ولكنه بالقطع ليس كل شيء.. وهي تجاهد ان تكون طبيعية مع زوجها حتى لا يكتشف امرها.. فهي لا تمانع في العلاقة الجنسية مع الرجل لتتخذها ستاراً يغطي ميلها الجنسي القوي ناحية النساء.. علاقتها الجنسية مع الرجل تدخلها في نطاق النساء الطبيعيات.. وقد تنجب أطفالاً كثيرين وهذا تاكيد اجتماعي لسويتها.

* وقد تكتشف المرأة مشاعرها الحقيقية بعد الزواج مباشرة أو بعد عدة سنوات.. من البداية لا تشعر بالميل العاطفي تجاه الرجال.. وحين تتزوج لا تحظى بأي إرضاء عاطفي أو جنسي مع زوجها.. وحين تعود بمشاعرها إلى الوراء تكتشف أنها كانت تميل إلى النساء بشكل عام و تدريجياً، وخاصة بعد الزواج تحس أن هذا الميل يتبلور إلى مشاعر مركزة في اتجاه امرأة معينة ثم تندهش حين تشعر بالميل الجنسي ناحية هذه المرأة بالذات.. إذن لا يكون اكتشاف ميلها الجنسي إلا نحو امرأة معينة وليس بشكل عام كما في النوع الثالث.

* المرأة الثالثة تحب حباً جنسياً خالصاً.. تلتقي برفيقتها من أجل هدف واحد وهو المتعة الجسدية.. ولا مانع من تغليف هذه العلاقة بالمشاعر، وهو أمر لا بد منه في لقاء أي اثنين ولكن على أي هدف.. نقطة الانطلاق حين تتحرك إحداهما ناحية الأخرى أو الشرارة الأولى التي تنبعث حين تلتقي العيون هي الرغبة.. الرغبة الجنسية المحضة.. فهي امرأة تعرف ما تريد، وقد اكتشفت حقيقة نفسها وحقيقة رغباتها وميولها.

وهذا الاكتشاف جاء مع سن المراهقة أو بعدها بقليل أو بعد زواجها.. اكتشفت أنها تنظر إلى أي امرأة من زاوية معينة.. تقيّم أي امرأة بطريقة معينة.. اكتشفت أن نوعين معينين من النساء يحركن أحاسيسها الجنسية.. وأن الرغبة تستبد بها أحياناً ناحية امرأة معينة فتحاول أن تقترب منها وتستميلها وتغازلها بلغة خاصة تفهمها النساء.

والأهم في هذا المجال هو لغة العيون.. فالعيون قادرة على أن تبعث بالرسالة

كاملة، أن تفصح عن الرغبة، أن توجه النداء.. معظم النساء من هذا النوع يتحاورن بالعيون..

* واللقاء الأول في حياتها، قد ياتي مصادفة.. أو قد تتعرض وهي طفلة لاعتداء من طفلة اكبر منها او قد تتعرض وهي مراهقة إلى اعتداء أو إغراء من امراة اكبر منها.. أو قد يكون اللقاء الأول سهلاً إذا كان الأمر شائعاً في المجتمع او بين النساء من طبقة معينة، او كرغبة في الاستكشاف أو حب الاستطلاع.. او قد ياتي اللقاء الأول تعبيراً عن رغبة متبادلة بين اثنتين التقتا وتحاورتا بلغة العيون وشعرت كلّ واحدة منهما بالرغبة تجاه الأخرى.

* وقد يكون اللقاء الأول بسيطاً في صورة تلامس بالأجساد وقبلات يشوبها الحرج والخجل في البداية.. وبعد ذلك تتعدد اللقاءات حتى تكتمل العلاقة.

وفي البداية تكون العلاقة مع امراة واحدة، وتستمر هكذا مدة ليست قصيرة، ولكن تتعدد العلاقات بعد ذلك، لأن هذه النوعية من العلاقات التي لا يحكمها إلا الرغبة الجنسية يكون الإخلاص فيها محدوداً.

علاقات الحب تستمر مدة أطول، وقد تستمر مدى الحياة، ولا يكون لدى اي منهما رغبة في التغيير، وتتدعم العلاقة بمرور الوقت، اي أن الوقت يكون في صالح العلاقة.

وليس بالضرورة أن يكون هناك لقاء جنسي في كل مرة تلتقيان.. ولكن في العلاقات الجنسية المحضة الخالصة لا يكون اللقاء إلا من اجل ممارسة الجنس ولا تتشعب علاقتهما إلى مجالات اخرى، اي لا يكون بينهما اي اشياء مشتركة.. إذ إنّ

كل واحدة لا تمثل بالنسبة للأخرى إلا موضوعاً جنسياً.. ولهذا يحدث الملل بعد فترة، وتثور رغبة في التجديد.

وهذا النوع من النساء غير قادرات على الحب، وغير قادرات على الارتباطات طويلة المدى ولا يوجد لديهن ولاء لأي إنسان.. الولاء يكون للحظة الحالية.. الولاء للإنسانة التي بين يديها الآن.. وبعد أن تعبر اللحظة وتمضي الإنسانة يتبخر كل شيء.. لا يبقى في داخلها شيء.

لا بد أن يكون هناك إنسانة لكل مرحلة.. وفي بعض الأحيان تكون هناك علاقة دائمة ولكن في الوقت نفسه تكون هناك علاقات عابرة متجددة، تماماً مثل علاقات الزواج التي يصاحبها علاقات خارجية متعددة.

* والمرأة من هذا النوع تدور حياتها حول هذا الموضوع.. يصبح من ضروريات حياتها، أي أن علاقتها بامرأة تصبح هي الأساس الذي يشكل وينظم ويرتب يومها وغدها.

* وفي هذه العلاقة تكون إحداهما مسيطرة والأخرى مستسلمة.. إحداهما هي التي تبادئ وتدعو والأخرى تجيب وتستجيب.

* وصاحبة اليد العليا تحرك الأمور كما تشتهي فُتبعد وتُقرّب، تمنح وتمنع، تعطي وتحرم. ولذلك فهي علاقة تنطوي على كثير من الآلام.

* والتي تبدي رغبتها بشدة تعطي الفرصة للمرغوب فيها أن تتمتع وتناور وتفرض شروطها ويكون هناك تلذذ بأن تعذب إحداهما الأخرى.. واحدة تسعد بإذلال الأخرى.. والأخرى تسعد بالمذلة.

× وهي علاقة تنطوي أيضاً على كثير من القسوة، فهذه النوعية من النساء يكن باردات عاطفياً ويتسمن بالقسوة، كما لا يحملن أية مشاعر تجاه أي أحد ولا يضعفن ولا يلن في أي موقف.. الوقت الوحيد الذي تضعف وتلين فيه هو حين تبحث عن فريستها أو و هي تحاول الإيقاع بها وجرها إلى شباكها أو في بداية العلاقة.

في هذه الأوقات تبدو رائعة دافئة تفيض بالمشاعر العذبة الرقيقة وتعطي وتنسى نفسها تماماً، حتى تحصل على مرادها، وبعد فترة يداخلها الملل فتتبدل إلى إنسانة اخرى قاسية عنيفة شرسة متحجرة كشرة الوجه بذيئة الألفاظ متقلبة المزاج، فيدخل الروع والخوف قلب شريكتها، وهذا ينذر بنهاية العلاقة أو على الأقل بنهاية مرحلة الإخلاص والتفرغ الكامل.

* وبالرغم من انها قد تبذل تضحيات مادية وتنفق بسخاء من اجل إرضاء شريكتها والتاثير فيها، إلا انها تكون في غاية البخل مع فقير أو محروم او محتاج.. فهذه المرأة في اتجاه واحد ومن أجل شيء واحد: تحقيق رغباتها مع امراة تختارها هي وتفعل اي شيء من اجل الحصول عليها.

* والدراسات النفسية التي أجريت على هذه النوعية من النساء ابرزت بعض سماتهن كالحب الشديد للمال والسلطة والتمتع بالدهاء وحب المناورة والمغامرة والتمتع بإيذاء الآخرين وإذلالهم، والتلذذ بمتابعة الآخرين وهم يتألمون.

إنها سمات مشتركة بين الشخصية السادية والشخصية السيكوباتية.. واثبت بعض الدراسات انهن يتمتعن بدرجة عالية من الذكاء ولكنهن لا يستفدن من هذا

الذكاء في المجالات الثقافية أو الأكاديمية.

- وهي لا تمانع في الزواج من رجل.. وقد تسعى هي للزواج،، توهم زوجها أنها تستجيب معه جنسياً.. وتنجب اولاداً وبناتاً.. وقد يكون لها عشاق من الرجال.

وهذه العلاقات مع الرجال لا تكون لدوافع جنسية ولكن لترضي ذاتها كامرأة بين النساء.. فعلاقاتها بالنساء تجعلها تحظى بتقييم محدود بين الرجال والنساء.. لا يقبل عليها الرجال وتهرب منها النساء السويات.. كما أن من الصعب أن يبقى هذا الأمر سراً، ولهذا فإن أمرها يكون معروفاً في الدائرة التي تعيش فيها.

إن ارتباطها برجل يرضيها نفسياً، يجعلها تشعر أنها ليست أقل من النساء الأخريات، وأن رجلاً يمكن أن يعجب بها ويقبل عليها ويستمتع بها جنسياً، وهي توهمه أنها تستجيب معه.. ويهمها أن تشيع أنها على علاقة مع رجل، وتحرص على أن تخفي علاقتها بالمرأة.. وهذا معناه أنها في داخلها تشعر أن علاقتها مع امرأة أمر غير طبيعي وأن رغباتها الحقيقية غير سوية ولكنها لا تستطيع مقاومتها.

إنها من الناحية الاجتماعية الشكلية تحاول أن تعدل من صورتها أمام الناس وأمام نفسها فتقيم علاقة مع رجل.

والظريف هنا أنها تعرف أكثر من رجل في وقت واحد أو على التوالي.. فهي لا تخلص لرجل واحد وذلك لأن علاقتها بأي رجل هي علاقة واهية ضعيفة شكلية لا يداخلها أية مشاعر، وقصد بها الوجاهة الاجتماعية والإرضاء الزائف للنفس.

وقد تبذل جهداً مركزاً في أن تستمتع معه جنسياً، ولكن دون فائدة، ولكنها تنجح في أن تشعره بتفوق استجابتها معه.

× وقد تبالغ في شد انتباه الرجال إليها، وهي هنا تشبه المرأة ذات الشخصية الهستيرية، والتي تعاني من الإحساس اللاشعوري بالنقص الأنثوي، فتبالغ في مظهرها وزينتها من اجل شد انظار الرجال إليها وإثارتهم جنسياً، وتستخدم صوتها وتعبيرات وجهها والفاظها وضحكاتها ليقع الرجال في حبائلها ويسعون إليها تحركهم رغباتهم الجنسية..

وتسعد هي لأن ذلك يحقق لها إرضاء وثقة بالنفس وانها مكتملة الأنوثة بالرغم من انها تحظى بالبرود الجنسي الكامل والذي يجعل الرجال يهربون منها إذا اكتشفوا حقيقة امرها، ولذلك هي تقف عند حد غوايتهم ولا تتورط اكثرمن ذلك، إلا في احوال قليلة ، وحين ذلك تحاول أن توهم الرجال بمقدرة عالية جداً على التمثيل-إنها تستجيب جنسياً بطريقة افضل من اي امراة على الأرض.

هكذا تفضل أحياناً المرأة التي لا تميل جنسياً إلا للنساء.. تحاول أن تخضع الرجال لسيطرتها الجنسية تعويضاً عن النقص الأنثوي الذي تعانيه، فهي تدرك على المستوى الشعوري واللاشعوري أنها لا تصلح إلا للنساء، وأن الرجال إذا عرفوا حقيقة أمرها سينفرون منها.

- وبالرغم من أن أية امرأة ترتعب من تقدم العمر وتغيّر الشكل.. إلا ان هذه المرأة ترتعب أكثر.. رعبها يكون اكبر واعظم.. إذ تشعر انها ستفقد قدرتها على أن تكون موضوعاً جنسياً مقبولاً لأية امراة اخرى.. ستفقد سلاحها الأساسي وهو جمالها وتناسق جسمها ونضرته وذلك لأن علاقتها باية امراة لا تقوم إلا على شيء واحد وهو الجنس.. وهذا بخلاف علاقات الحب التي لا تتأثر بتقدم السن او تغير

الشكل.

* ولهذا تلجأ إلى كل ما يجعلها تبدو صغيرة وجميلة وجذابة، وجراحات التجميل تقدم العديد من الحلول لمشكلات تقدم العمر وترهل الجسم والجلد لإعادة بعض الثقة بالنفس واستمرار القدرة على التأثير، ولكن في اتجاه واحد فقط وهو التأثير الجنسي وليس التأثير العاطفي.

ولكن عند مرحلة معينة تعجز جراحات التجميل عن تقديم المساعدة الكافية والمطلوبة، ولذا تلجأ المرأة إلى وسائل أخرى للتأثير في امرأة أخرى أو رجل وهو السخاء المادي.. أي شراء لحظات الجنس والاهتمام.. وعند هذه المرحلة تبدأ آلام من نوع جديد، وهي آلام السعادة الزائفة المشتراة والتي تحطم معنويات المرأة وتزج بها في بئر الاكتئاب السحيقة.

×××

- إن كلمة شذوذ هي كلمة ظالمة.. فهل يختار الإنسان طريقه!! أم هي الوراثة والتكوين، أي الجينات والكروموزومات!! أم هي النشأة والتربية والبيئة والمجتمع والثقافة!! أم هو خلل معين يصيب الإنسان في مراحل نموه المختلفة يؤثر في مراكز المخ ويغير الميول والنوازع والاتجاهات ويتحكّم في الرغبات!!

* الميول الجنسية غير خاضعة لإرادة الإنسان وفي أجزاء كثيرة من العالم، فإن ميل امرأة إلى امرأة لا يعتبرونه انحرافاً ولا حتى مرضاً بل هو نوع من التفضيل الجنسي.

* وفي وقت من الأوقات يتعرض هؤلاء النسوة للإدانة والعدوانية والتحيز

ضدهن.. وفي بعض المجتمعات مازلن يواجهن صعوبات اجتماعية تتسبب في كثير من الآلام.

* وفي التقسيمات الجديدة للطب النفسي تم حذف الميول الجنسية المثلية من قائمة الأمراض.. أي أن الطب النفسي لم يعد مهتماً بهذا الموضوع، وكذلك فعلت فروع الطب الأخرى.

* وهناك من يرون أن الميل الجنسي للإنسان لا يمكن أن يكون واحداً وثابتاً ومستقراً عند بلايين البشر، بل يحتوي على درجات كثيرة يمكن وضعهاعلى متصل ذي قطبين.. احد القطبين يمثل العلاقة بين الرجل والمرأة وعلى القطب الآخر العلاقة الجنسية المثلية أي بين امرأة وامرأة وبين رجل ورجل.

وعلى امتداد المتصل بين القطبين توجد درجات كثيرة تختلط فيها المشاعر والميول والرغبات. وذلك نظرة تكشف عن مرونة كبيرة.. لأن الإنسان يولد محملاً باستعدادات معينة وكذلك يخضع لظروف بيئية تختلف من مجتمع لآخر، كما يتعرض في مراحل نموه المختلفة لصدمات نفسية وأخرى عضوية تشكل في النهاية موقفه الجنسي.

× إذن، هي امرأة ليست شاذة ولكنها تحتاج إلى فهم.

× وإذا افترضنا قبول الموقف المرضي، فإنّ هناك علاجاً لبعض الحالات بشرط أن تكون هذه هي رغبة المرأة وليس تحت ضغط آخرين.. أي تقول المرأة صراحة لطبيبها النفسي: اريدان اقتل رغبتي في النساء.. اريد ان اميل للرجال.

* وهذا ممكن في بعض الحالات إذا أخلصت النوايا وصدق العزم: من جانب المرأة ومن جانب الطبيب.

× × ×

اغتيال الأنوثة

* كيان المرأة، إحساسها بذاتها كامرأة، إدراكها لأنوثتها، وكذلك ثقتها بنفسها، كل ذلك يرتبط بصورتها المرسومة في عقلها عن جسدها.. تصورها عن كل جزء من جسمها.. مدى مساهمة كل جزء في إبراز جمالها وانوثتها وجاذبيتها وقبول الرجل وميله إليها.. شعرها.. أنفها.. شفتاها.. عيناها.. وجنتاها.. ثدياها.. أظافرها.. بشرتها.. أذناها.

* المرأة منذ مرحلة مبكرة جداً من عمرها تحفظ شكل كلّ جزء من جسمها وحجمه وموقعه وعلاقته بالأجزاء الأخرى.. تعي كل التفاصيل بدقة وتستطيع وهي مغمضة العينين أن تسترجع كل جزء بوضوح كامل.

* وعلاقة المرأة بالمرآة علاقة خاصة جداً.. وكذلك علاقتها بعيون الناس.. فهي ترى نفسها في المرآة أكثر من مرة في كل يوم كلما اتيحت لها الفرصة، بهدف وأحياناً دون هدف، وهي تستعد لمقابلة الناس حتى وهي وحيدة.. مجرد أن تذهب إلى المرآة وتتأمل نفسها للحظات.

وعيون الناس مرآة أخرى.. مرآة حية ناطقة تعطيها رد الفعل الفوري ومدى تأثير جمالها وجاذبيتها.

وهنا يتضح الاختلاف الجوهري بين المرأة والرجل في العلاقة مع المرآة والعلاقة مع عيون الآخرين.. والمرأة تتعرض لاختبار جديد مع كل عيون جديدة تقع عليها.. أو هي تريد أن تمتحن قدراتها، تريد أن تدرك ذاتها، تريد أن تكتسب ثقة أزيد بالنفس.

- ولكن الأمر يتوقف أيضاً على كيف تشعر هي داخل نفسها.. إذا شعرت بأنها

في حالة طيبة فإنها فعلاً جذابة، وسوف ينعكس ذلك على حالتها المعنوية فتشعر أنها في حالة طيبة.

إذن، هي حلقة متصلة تبدأ من تصورها عن نفسها وحالتها المعنوية ثم عيون الناس التي تعكس لها جاذبيتها، فتشعر أنها جذابة فعلاً وبذلك ترتفع روحها المعنوية، وهكذا.

- إن الأمر لا يتعلق فقط بمظهرها الخارجي، إنما يتعلق أيضاً برضاها عن نفسها وإحساسها بذاتها وتصورها عن جسدها.. إن صورة الجسد تكون مطبوعة في الداخل.. فهناك صورة تراها في المرآة، وصورة أخرى تراهافي الداخل.

وحقيقة أن صورة الخارج التي تعكسها المرآة تؤثر في الحالة المعنوية، ولكن صورة الداخل هي التي تحدد الإحساس الحقيقي بالذات.. فالمرأة قد تكون جميلة ولكنها تشعر داخلها أنها دميمة، غير مقبولة، مرفوضة، ولهذا، فبالرغم من جمالها سترى نفسها مشوهة، سترفض نفسها.. ستكره نفسها.. ستفقد الثقة بنفسها.. هكذا هي صورتها المرسومة داخلها عن نفسها.

* وقد يكون الشكل الخارجي قليل الجمال، ولكنها رسمت في داخلها صورة جميلة عن نفسها، صورة جذابة، صورة تنطق دائماً بالحيوية. وتلك إحدى سمات الشخصية الناضجة.. إذ تتجاهل التفاصيل غير الجميلة في مظهرها الخارجي وتكون الصورة الكلية المرسومة داخلها صورة جميلة وشيقة وجذابة، ويصاحب ذلك حالة معنوية مرتفعة تنعكس على «سلوكها تجاه الآخرين والذي يتميز بالثقة بالنفس».

والمرأة إذا كانت واثقة بنفسها وشعرت أنها جميلة حقاً وجذابة، فإن ذلك سيترك فعلاً أثراً طيباً في الآخرين.. إذن ستكون هناك حلقة إيجابية بدأت من داخلها وانتهت إليها مارة بعيون الناس.

* والقصة تبدأ منذ وقت بعيد في الطفولة من خلال عيون الأم وإعجابها وقبولها وتقلبها ومديحها، أول عيون نرى فيها أنفسنا هي عيون الأم.. انعكاساتنا نراها على سطح عيون الأم.. هي المرآة الأولى في حياتنا قبل أن نعي وجود المرآة وأهميتها.

إن أول مرآة نتطلع إليها هي عيون الأم.. ابتسامة الأم تعني سعادتها بنا.. ضحكاتها معناها قبولها لنا.. نظرات الحب معناها جدارتنا.. نظرات الإعجاب معناها جاذبيتنا.. كلمات المديح وعلامات الرضا على وجهها هي الأعمدة الأساسية للثقة بالنفس.. إن الأم تلعب أخطر الأدوار في إحساس الإنسان بذاته.. بكيانه المادي والمعنوي.. بجماله الجسدي وجماله النفسي.. الثقة بالنفس مصدرها الأم وانهيار هذه الثقة مصدرها الأم أيضاً.

* قد تظل الفتاة معقدة طوال حياتها من شكلها وفاقدة الثقة بنفسها، لأن أمها زرعت في داخلها هذه الأحاسيس المريرة.. لأنها رأت نفسها دميمة في عيون أمها.. لأن الأم امتدحت جمال أختها الكبرى أو الصغرى.. لأن أمها كانت دائمة النقد لها.

* وبعد ذلك تأتي عيون الأب.. فإذا أعطانا الأب اهتماماً فمعناه أننا مهمون وأن لنا وجوداً وحضوراً وأن لنا قيمة.. وإذا أهملنا الأب، فنحن لا شيء.. نحن لا نستحق الحياة.. وإذا انشغل الأب بطفل آخر، فإنه يقضي علينا.. وإذا انشغل الأب بامرأة

اخرى غير الأم، فهذا يهدم كل مشاعر الثقة.

وهذا الموقف بالذات يؤثر في الطفلة اكثر من تاثيره في الطفل.. إن الطفلة التي ترى ان اباها قد فضل امراة اخرى غير أمها واراد ان يكون له أطفال منها، يهز ثقة هذه الطفلة بنفسها.. يدمر صورتها عن نفسها.. يشوه إدراكها لذاتها.

* وبعد ذلك تاتي الدائرة الكبرى.. الأقارب، الجيران، الأصدقاء، الزملاء في المدرسة، المدرسات ثم الناس في الشارع.. كيف ينظر الناس إلينا.. كيف يتعاملون معنا.. نظرات الإعجاب والاندهاش.. نظرات القبول والاستحسان.. كلمات المديح والإطراء.

* هكذا تتشكل الصورة الداخلية عن الذات.. جسداً ونفساً.

× × ×

* إن المراة تحتاج في كل لحظة من حياتها إلى ان تشعر أنها امراة.. انها انثى.. والأشياء التي تؤثر في شكل المراة ومظهرها وتضعف من انوثتها يكون لها اثر سيئ على نفسيتها وتمثل إجهاداً وضغطاً شديدين.. قد لا تنزعج المراة كثيراً للمشكلات الصحية التي ليس لها تاثير مباشر او غير مباشر في شكلها الخارجي وجمالها وإذا كانت بعيدة عن مناطق انوثتها.

* والمراهقات ينشغلن إلى درجة كبيرة بالأمور المتعلقة بالشكل والمظهر والجمال.. يدمن التطلع للمرآة، ويدمن اختبار قدراتهن في عيون الشباب الصغار من هم في مثل اعمارهن.. يقلقن من حجم او شكل الأنف، او ان الثدي اصغر او اكبر من اللازم.. تنهار الفتاة الصغيرة إذا وجهت اليها كلمة نقد تتعلق بشكلها، وترتفع

روحها المعنوية إلى السماء إذا تلقت كلمة إعجاب.. وتظل الفتاة الصغيرة إلى وقت طويل منشغلة بمظهرها وشكلها وكل جزء من جسدها وينعكس هذا على اهتمامها بملابسها وزينتها.. ونرى فتاة منذ طفولتها، وهي تعنى عناية شديدة بمظهرها ويسعدها اقتناء أدوات الماكياج وشراء الفساتين وتنفق كل دخلها في هذا الاتجاه.

وقليل من الفتيات الصغيرات اللائي لا يبدين مثل هذا الاهتمام.. وقد يظل هذا الاهتمام مع الفتاة الصغيرة حتى بعد أن تكبر وتصل إلى سن الشباب.. وحتى بعد أن تتعدى سن الشباب تظل طوال حياتها منشغلة بمظهرها وملبسها ومدى تأثيرها في الآخرين وخاصة الرجال، وتلك هي النوعية من النساء التي تعاني بشدةبعد ذلك حين تبدأ مظاهر تقدّم العمر على الوجه والشعر والجسم.

- ولكن عموماً، فإن المرأة حين تصل إلى مرحلة النضج فإنها تقبل بعض النقائص في شكلها مثل حجم الأنف، أو شكل الأذن، أو لون البشرة، أو قصر القامة، أو البدانة، إلى آخر تلك العيوب الشكلية.. تقبلها المرأة الناضجة، بل وقد تعتبر أن ذلك ما يميزها وتشعر أن شخصيتها وجاذبيتها وقدرتها على الحب تعوضها كل نقائصها الشكلية.

ثمة إحساس داخلي وعميق بالتمكن الأنثوي والقدرة على التأثير من خلال الذكاء، ومن خلال الإحساس، ومن خلال عاطفة حب لا تستطيع أن تمنحها إلا أنثى حقيقية.

إنها تركيبة عقلية نفسية تضفي شكلاً خاصاً على الأنثى فتبدو رائعة الجمال..

هذا بالإضافة إلى العناية بالمظاهر الأنثوية في الحديث والسلوك.

ولهذا، فهناك امرأة متواضعة جداً في جمالها ولكنها تفيض أنوثة وجاذبية وثقة بالنفس.. وامرأة أخرى توفر لها كل مقومات الجمال ولكنها تفتقد لأي جاذبية أنثوية.. فالأنوثة هي إحساس المرأة بذاتها من خلال الرجل.. من خلال علاقة وعطاء.

إنها إحساس يقيني بالانتماء إلى جنس معين، والقدرة على التواصل والارتباط بالجنس الآخر.. إنه تقبل للدور الأنثوي وأداء لهذا الدور عن اقتناع ورضا.

إن الأنوثة إحساس داخلي يفيض بمظاهره على الشكل الخارجي.. والدليل على ذلك أن جراحات التجميل لا تزيد إحساس المرأة بالثقة.. قد تقدم المرأة على جراحة تجميل لتعديل شكل أنفها أو أذنيها أو لزيادة حجم ثديها أو العكس، ولكن ذلك لا يجعلها تشعر بالطمأنينة التي تنشدها.

وهذا يؤكد المعنى السابق شرحه، وهو أن هناك صورة مرسومة عن الجسد بالداخل ليس لها علاقة كبيرة بصورة الجسد الحقيقية.. صورة يسهم في تشكيلها الشعور الأنثوي الفطري الغريزي والثقة بالنفس والذكاء.

صورة قد تكون جميلة بالرغم من تواضع الشكل الخارجي وقد تكون دميمة بالرغم من جمال الشكل الخارجي.. ولهذا، فإن جراحات التجميل محدودة الأثر النفسي حتى وإن أدت إلى تحسن الشكل الخارجي.

× × ×

- والاهتمام الزائد بالشكل والقلق من أجل جزء معين في الجسم والرغبة الملحة في إجراء جراحة تجميلية قد يخفي وراءه مرضاً نفسياً أو عقلياً خطيراً.. ويجب أن يكون جراح التجميل حذراً في التعامل مع مثل هذه الحالات لأن أي تغيير في شكلها بعد الجراحة حتى وإنّ ادى إلى صورة أفضل، فإنه لن يغير في عدم رضاها الداخلي، لأن الخلل في الداخل وليس في الخارج.

فقد يكون، مثلاً، شكل الأنف طبيعياً أو حتى كبير الحجم قليلاً بدرجة لا تلاحظه، ولكن الفتاة تظل في حالة قلق وضيق ومنشغلة كل الوقت بحجم أنفها ودائمة التطلع للمرآة وتهمل دراستها وتنعزل عن الناس وتصر على الجراحة التجميلية لتعديل شكل أنفها.

وقد تتصور أن الناس يسخرون من شكلها وأن أنفها ملحوظ في كل مكان تذهب إليه.. وهي لا تصدق رأي الآخرين في أن أنفها يبدو طبيعياً وأنها ليست بحاجة إلى جراحة، وتصر على موقفها، وتتوقف حياتها بالكامل.. وإذا خضع الأهل لرغبتها ووافق جراح التجميل.. فإن المرض الحقيقي يتفجر بعد الجراحة، إذ إنها لن ترضى عن نتائج الجراحة وستطالب بجراحة أخرى وتظل تطارد الجراح الذي أفسد لها أنفها وشوه جمالها.

هذه الفتاة مريضة بحالة تعرف باسم «مخاوف اختلال الشكل» وقد تكون مريضة بمرض عقلي بالفصام.. في الحالة الأولى تكون المريضة سوية من الناحية العقلية ولكن تسيطر عليها فكرة أن هناك عيباً في شكلها وأن هذا العيب يلاحظه الجميع وأنه السبب في تشويه جمالها، وأن الحياة لن تطيب لها إلا إذا أجريت

الجراحة.. فيما عدا ذلك، فإن كل شيء يبدو طبيعياً في تفكيرها وعواطفها وسلوكها..

وقد تقتنع بعض الوقت انه ليس عيباً أو انه عيب بسيط لا يستدعي التدخل الجراحي، ولكن تعاودها الفكرة مرة اخرى وتسيطر عليها.

أما مريضة الفصام، فإن الفكرة تكون راسخة ولا يمكن إقناعها بالعكس وتسيطر عليها كل الوقت وتصرفها عن اي شيء في الحياة، وتدريجياً تظهر بقية اعراض المرض كاضطراب التفكير والتعثر الدراسي والتبلد الوجداني واضطراب السلوك.. ومثل هذه الحالات يجب عرضها على الطبيب النفسي قبل اي تدخل جراحي لأن الحالة قد تتدهور سريعاً بعد الجراحة مباشرة.

× × ×

* وكلما تقدم العمر بالمراة، فإن عليها ان تقبل التغيرات الحتمية في الشكل والتي لا يمكن مقاومتها.. يفقد الجلد حيويته ومرونته وتظهر التجاعيد وتتغير ملامح الجسد ويضعف الشعر ويتغير لونه ويتاثر السمع والبصر وقد تحتاج إلى نظارة او وسيلة للسمع.. وقد تبدأ متاعب المفاصل.

ومعظم النساء يتقبلن هذه التغيرات ويودعن بلا حزن شديد مرحلة الشباب.. وهذه هي اهمية نضج الشخصية وتطورها.. إنها تستطيع ان تقف في وجه المتاعب النفسية التي قد تواجهها المراة مع تقدم العمر.. لا بد ان يكون لها رصيد من العلاقات الإنسانية الدافئة التي تعطيها الإرضاء، وخاصة إذا كان هناك شريك لحياتها يتقدم معها في العمر.. هذا الشريك سيتقبلها كما هي، لأن قبوله لها لن يكون مرهوناً

بشكلها ولكن بكلها.. بكل أبعادها الشكلية والفكرية والمعنوية.

والمرأة التي تكون وحيدة في هذه المرحلة تواجه صعوبات كثيرة، ومن الصعب ان تبدأ علاقة جديدة مع إنسان يرتبط بها من خلال كيانها كإنسانة.

في هذه الحالة، سيلعب الشكل دوراً هاماً ومحدداً في مسار العلاقة وسيشكل بعداً ضرورياً في علاقتها بالرجل الجديد مما سيزيد من اعبائها النفسية ويجعلها تبدي اهتماماً غير عادي بمظهرها بل والمبالغة في هذا المظهر وتقلق مع كل تطورات تاتي بها الأيام، وتكون حساسة لأي نقد، تكون ايضاً حساسة في علاقتها بهذا الرجل، وخاصة فيما يتعلق بموقفه من أي امرأة أخرى، وخاصة إذا كانت تصغرها سناً أو تفوقها جمالاً أي ميزات أخرى.

* مشكلة المرأة أنها في هذه المرحلة تتجاهل إمكانات أخرى أكثر اهمية في علاقة المرأة بالرجل، وهي قدرتها على إثراء الحياة بما لها من خبرة وإحساس عميق وفهم كامل للحياة، وبما لها من قدرة على العطاء والحب الحقيقي، وتلك احتياجات اساسية وضرورية في أي علاقة.

من المهم ألا تشعر المرأة بالعجز وافتقاد الثقة بالنفس لأن ذلك قد يدفعها إلى ارتكاب حماقات، وتكون أذنها حساسة ومتشوقة لأي كلمة مديح قد يكون معظمها غير حقيقي وتخفي اغراضاً أخرى ولكنها تنساق وراءها.. وقد تبدي اهتماماً بمن هم أقل منها سناً من الرجال لأن ذلك سيعطيها إحساساً بانها مرغوبة حقاً وأنها تبدو صغيرة بدليل اهتمام صغار السن بها.

وقد يدفعها هذا إلى تغيير كل الأوراق الرسمية التي تشير إلى سنها الحقيقية،

وتلك إحدى الحماقات التي قد تعرضها للمساءلة القانونية أو الحرج الاجتماعي.. وقد لوحظ ان جراحات شد جلد الوجه لإخفاء التجاعيد تنتشر أكثر بين من يقمن بوظائف معينة، وأيضاً بين السيدات اللاتي تقدمن في العمر وهن وحيدات أو اللاتي يردن تغيير مسار حياتهن الشخصية.

× × ×

* وإذا كانت المرأة تشفق على نفسها من تقدم العمر، وتلحظه وهو يتسرب بإصرار الواثق من استحالة التراجع يوماً بعد يوم، وعاماً بعد عام، وهي عاجزة مستسلمة أمامه، فهذا هو الحال مع كل البشر وهو امر تتوقعه وتقبله من كانت ذات عقل واع وناضج، إلا أنها قد تفاجا بضربات غير متوقعة من القدر في صورة أمراض تنال من انوثتها وهي في أوج اكتمالها.

- والمرأة لا يزعجها المرض في حد ذاته قدر انزعاجها من تأثيره على جمالها وجاذبيتها وانوثتها وتأثيرها على الرجل.. فهناك أمراض لها تأثير مباشر على الشكل الخارجي كإصابات العصب السابع الذي يغذي عضلات الوجه ومثل جلطات شرايين المخ التي تؤثر على الحركة والمشي أو الأمراض الجلدية المزمنة او الحوادث التي تترك آثاراً دائمة وخاصة في الوجه.

ولا احد يستطيع أن يقف في وجه القدر ولا أن يتفادى ضرباته حيث لا تنفع براعة أو حذر.. وتلك احداث غير سعيدة في حياة المرأة وفي حياة اي إنسان تؤثر على الشكل الخارجي وبالتالي تضعف ثقة الإنسان بنفسه وتؤثر على علاقته بالآخرين وخاصة الجنس الآخر.

والتقدم الهائل الذي حدث في مجال جراحات التجميل يخفف من هول هذه الآلام ويعيد للإنسان رونقه وتناسقه إلى ما كان عليه قبل المرض أو الحادث.

× × ×

هذا فيما يتعلق بالشكل الخارجي والأشياء الظاهرة.. ولكن هناك عضو داخلي، قابع في أعماق الأحشاء يلفه ظلام ومحاط بأنسجة وشحوم وعضلات وجلد ثم ملابس، لا تراه عين ولا تلمسه يد ولا يدرك حتى بوجوده أحد، ولا يلعب أي دور في الشكل ولا تأثير له في أي علاقة.

ورغم وجوده في غياهب البطن وعدم دنوه وانعدام تأثيره، إلا أنه هو عمود الإحساس بالأنوثة ومركز الحياة ومبعث الفخر ومحور كيان المرأة تزدهي به وهو غير ظاهر وتشعر به وهو غير محسوس.. ويكفيها أنه بداخلها حتى وإن فقد قدرته على العمل.. حتى وإن أصبح عضواً عاطلاً زائداً عن الحاجة.. أي انعدم دوره الفسيولوجي، ولكن يظل دوره المعنوي حتى آخر يوم في عمر المرأة.

* هذا هو الرحم.. والذي تنبعث منه مرة كل شهر دماء كثيرة لعدة أيام، تعرف بالطمث أو الدورة الشهرية، والتي تقدم دليلاً على خصوبة المرأة وقدرتها على الإنجاب، وهو الوعاء الذي يحتفظ بالجنين شهوراً تسعة، يمده بالحماية والحياة.. يتحرك فيه الجنين فتتقلص عضلاته محدثة ألماً موجعاً ولكن من ألذ الآلام وأمتعها، ثم يتقلص بشدة طارداً بحنو وحب الجنين في نهاية الشهور التسعة محدثاً آلاما فوق قدرة أي انسان على تحملها ولكنها تتحمل صارخة ممعنة في الصراخ وممعنة في استشعار الألم لتعلن للجميع أنها المخصبة نبع الحياة النابضة بالقدرة على الحب.. وما

يحدث الآن هو وليد لحظة حب استسلمت فيها لرجل شده إليها انوثتها.

* وفي الخامسة والأربعين أو بعدها بقليل، يكف الرحم عن بث الدماء الشهرية حيث تنعدم البويضات ويصبح عضواً بلا وظيفة.. ولكن المرأة تظل محتفظة به او هي ترفض التخلي عنه أو تماطل في التخلي عنه حتى وإن بدا ان هناك سبباً قوياً للتخلص منه ليظل داخلها رمزاً على انها كانت مصدراً للحياة، وليظل مرجعاً للذكريات وشاهداً على ما كان.

* ولأنه منذ وعت المرأة أنوثتها وهي تعتبر رحمها هو عين الأنوثة، ولذا، ساهم في بناء صورتها عن نفسها وإحساسها بذاتها وإدراكها لكيانها.. ومثلما لا يمكن أن نتخيل صورة إنسان بلا رأس، فإنّه لا يمكن تخيل صورة انثى بلا رحم.

* ولذا، فهي صدمة قاسية حين ينهي إليها الطبيب قراره بضرورة إزالة الرحم، إنه مثلما نخبر إنساناً بضرورة إزالة رأسه، اي إعدامه وإنهاء حياته.

إن قرار إزالة الرحم هو قرار بإعدام الأنوثة.. تتلقاه المرأة بفزع وتنهار في داخلها دون أن يلحظ احد وتشعر بالأسى على فقد اعز ما تملك.. تحزن وتأرق وتفقد شهيتها للطعام وتفقد شهيتها للحياة.

تمر المرأة بفترة عصبية بعد تلقيها القرارا الطبي الحاسم، وتنطوي على نفسها وعلى افكارها القاتمة، وتعيش اياماً وشهوراً وهي مترددة وتتنازعها رغبات متعارضة، ويشتد الصراع إذا كان بقاؤه يهدد حياتها تهديداً فعلياً باستمرار النزيف وإنهاك قواها، او لوجود ورم خبيث أو حتى حميد ولكنه مصدر دماء لا تتوقف.

إنه من أصعب القرارات التي تتخذها المرأة في حياتها ولا يتخيل قدر صعوبته إلا

امرأة مثلها. لا يمكن للرجل مهما كانت نسبة التأنث فيه أن يتصور مدى الشقاء الذي تشعر به المرأة حيال هذا الموقف.

وإذا اضطرت المرأة لإزالة رحمها قبل أن تتزوج فهذا هو الإعدام الحقيقي، وبعد الزواج أيضاً إذا كانت لم تنجب بعد.. ولكن الأمر يظل شديد الصعوبة والقسوة حتى وإن كان لها أطفال ولكن هذا معناه أنها ستحرم بشكل نهائي من فرصة إنجاب أطفال آخرين.. بالإضافة إلى انقطاع الطمث وبالتالي اختلافها عن بقية النساء.

وكل امرأة تتصور أن الرحم هو عضو جنسي، فهو امتداد لأعضائها التناسلية، وبالتالي تتصور أن له دوراً في العلاقة الجنسية.. وبالرغم من عدم صحة هذا إلا أنها ترفض التخلي عن هذا التصور، وبالتالي فإنه في حالة إزالة الرحم تتصور أنها ستصبح منقوصة جنسياً، وأن الرجل سوف يستشعر هذا النقص مما يؤثر في درجة إقباله عليها وانجذابه لها.

وكثير من النساء تتأثر مشاعرهن الجنسية بعد إزالة الرحم بسبب هذا التصور الخاطئ وليس لأسباب عضوية، وقد يتأثر الرجل أيضاً تحت وهم هذا الاعتقاد الخاطئ أو بسبب اضطراب المرأة ذاتها.. ورغم أن كليهما الرجل والمرأة لا يحسان بأي تغير تشريحي وأن الأمور هي هي كما كانت عليه قبل إزالة الرحم، إلا أنهما يشعران أن هناك شيئاً مفقوداً، شيئاً كانا يدركان وجوده قبل ذلك، أما الآن، فإن هناك فراغاً في هذا المكان.

وبالطبع، فإن هذه الحالة النفسية لا أساس عضوياً لها، لأن المرأة ذاتها لا تشعر برحمها وكذلك الرجل لا يلامسه أثناء العلاقة الجنسية.. ولذا، فكلاهما الرجل أو

المراة على وجه الخصوص في حاجة إلى علاج نفسي للتخلص من هذه المشاعر غير الحقيقية والتي تسبب ألماً مضنياً.

- وقد يزال الرحم والمراة على اعتاب سن اليأس، أي قبل انقطاع الدورة.. هنا يكون له نفس تاثير إزالته لدى المراة صغيرة السن..

* ولكن يظل له الأثر السيئ نفسه حتى بعد إزالته في مرحلة متقدمة من عمر المراة.. تظلّ لديها مشاعر الفقد والأسى، وايضا تتاثر علاقتها الجنسية بزوجها لأنها فقدت الرمز والمعنى..

* والمراة الوحيدة تعاني مثل المراة التي لها زوج، وهذا يوضح أهمية المعاني التي يحملها الرحم.. إنه عضو غير عادي في جسم المراة.. والمراة غير السعيدة في حياتهاالزوجية تتاثر بدرجة اكبر لإزالة الرحم.. تكون الآثار محدودة إذا كان الزوج متفهماً ومسانداً ومتعاطفاً ومشاركاً لها في هذه الأوقات الصعبة.

إن أكثر ما تحتاج إليه المراة في هذه الأوقات هو مزيد من الحب والاهتمام، وبالذات، من الرجل الذي تحبه.. تريد ان تشعر بالطمانينة وكانها تريد تاكيداً أنها ستظل المحببة والمرغوبة إليه دائماً وفي كل الأحوال.

وقد لا تعاني من اي آثار نفسية سيئة بعد إزالة رحمها، إذا اظهر زوجها الحب الصادق الحقيقي، وابدى دائماً رغبته فيها، وإذا ظلت علاقتهما الجنسية على المستوى نفسه الذي كانت عليه قبل إجراء الجراحة.. إن علاج الآثار النفسية لإزالة الرحم هو مزيد من الحب..

* وقد تصاب المراة باكتئاب مرضي حقيقي بعد إزالة الرحم، وخاصة إذا كان

لديها الاستعداد لهذا المرض أو إذا كانت قد أصيبت به قبل ذلك، أو إذا كان أحد أفراد أسرتها قد أصيب بمرض الاكتئاب.

وايضاً، نستطيع ان نتوقع المراة التي ستصاب بالاكتئاب بعد إزالة رحمها.. هذه المراة تصاب بالقلق الشديد حين تعرف راي الطبيب بحتمية إزالة الرحم، وتتردد كثيراً في اتخاذ القرار رغم خطورة حالتها المرضية.

هذه المراة قد تتردد شهوراً طويلة رغم النزيف المتكرر او المتواصل الذي يؤثر على صحتها العامة، او رغم الأورام التي تزداد حجماً داخل رحمها.. وحين يهدد المرض حياتها تهديداً فعلياً فإنها تقبل الجراحة صاغرة، ولكنها تصاب بالاكتئاب المرضي بعد الجراحة مباشرة.. فتشعر بالحزن الشديد والياس وانها اصبحت عديمة القيمة وانها لا تستحق الحياة وتفكر جدياً في الخلاص من حياتها، وتمتنع عن الأكل ويمتنع عنها النوم وتصاب بالهزال والضعف وتنسحب من الحياة وتفقد كل حماسها وكل قدرة على الاستمتاع.

وهذه الحالة تستوجب العلاج الفوري الحاسم.. وقد تصاب بحالة اقل حدة تشبه حالة الأسى حين يفقد الشخص إنساناً عزيزاً عليه عن طريق الموت. هنا ايضاً تفقد حماسها ويغشاها الحزن وفقدان الأمل وعدم جدوى الحياة وتشكو من اعراض جسدية وتفقد رغبتها الجنسية تماماً ويضطرب نومها وشهيتها للطعام.. ولا بد هنا ايضاً من التدخل الطبي بالعلاج النفسي والعلاج بالعقاقير المضادة للاكتئاب.

* وقد تضطرب العلاقة الزوجية اضطراباً شديداً بعد إزالة الرحم، ليس بسبب عدم إقبال الزوج، ولكن بسبب الاضطراب الشديد الذي يصيب المراة والذي يجعلها

اقل ثقة بالنفس وبالتالي اكثر عصبية وحدة واندفاعاً وأكثر شكاً، وتحتاج إلى تاكيدات اكثر من زوجها بقبولها والإقبال عليها مما يؤدي إلى اضطراب العلاقة بينهما.

كما ان إزالة المبيض مع الرحم يؤدي إلى ظهور أعراض سن اليأس والضيق، وكذلك الاندفاع والحدة والشك وسوء الظن.. هذا بالإضافة إلى الأعراض الجسمانية المؤلمة.

وهذا هو ما يجب أن ينبه له الطبيب قبل الجراحة وأن تستعد له المراة وأن يستعد له الزوج ايضاً، وان يستعينا بالطبيب النفسي في الوقت المناسب قبل أن تتدهور الأمور.. وبالرغم من أن العلاج بالهرمونات التعويضية في حالة إزالة المبيض قد يقلل من حدة الحالة، إلا أن هذا لا يمنع من ظهور الأعراض النفسية والجسدية التي تصاحب سن الياس.. ولهذا، يجب أن يتعاون طبيب النساء والطبيب النفسي في تقييم الحالة ونوع المساعدة التي تحتاجها قبل الجراحة وبعدها.

* إذن المساعدة النفسية قد تبدأ قبل الجراحة والتي تتمثل في إعطاء الفرصة للتعبير عن مخاوفها وأفكارها المضطربة وتوقعاتها الخاطئة، وعلى الطبيب أن يشرح لها الحقائق العلمية بوضوح وبصراحة وببساطة وبصدق، وأن يطمئنها ان انوثتها لن تتاثر وان الرحم ليس له اي علاقة بالعواطف ولا بالجنس، وانها تستطيع أن تمارس أنوثتها بشكل طبيعي دون الرحم.

ولا توجد اي دراسة علمية اثبتت تاثر الحس الجنسي والعاطفي لدى المراة لأسباب عضوية بعد إزالة الرحم.. وبالرغم من ان بعض الدراسات تشير إلى ان المراة

تفقد رغبتها الجنسية تدريجياً مع تقدم العمر وتصل إلى أدنى درجة ما بين الخامسة والخمسين والستين.. إلا ان دراسات كثيرة اخرى اثبتت ان المراة تستطيع ان تستمتع جنسياً حتى نهاية عمرها، وإن تجاوزت الثمانين، وان الأمر يتوقف على مدى وجود الرجل الذي تحبه ومدى إقباله عليها ورغبته فيها.

ولهذا تلعب العواطف ويلعب الاهتمام دوراً كبيراً في تحديد نوعية الاستجابة الجنسية لدى الطرفين ومدى إقبال كل منهما على الآخر.

× × ×

- وليس من الصعب ان نفهم لماذا حُمِّل الرحم بكل هذه المعاني، ولِمَ احتل هذه المكانة عند المرأة بالرغم من موقعه الخبيء وبعده عن الأيدي والأعين.. وبالرغم من أنه لا يؤدي إلا وظيفة بعينها وهي حمل الجنين.

* إلا انه قد يكون من الصعب ان نتصور أن الثدي لدى المراة قد حُمِّل بمعان مشابهة وانه يحتل مكانة بارزة لدى المراة ولدى تصورها عن نفسها كانثى وكذات وكيان قادر على الحب.. هو ايضاً - الثدي - يرتبط بالجمال والأنوثة والجاذبية والحب والجنس، ويلعب دوراً هاماً في العلاقة بالرجل بالرغم من انه على مايبدو ليس له إلا وظيفة بعينها وهي إرضاع الوليد.

- وهو من العلامات الأولى التي تشير إلى أن الطفلة في طريقها للتحول إلى انثى مكتملة وذلك حين يبرز وينمو وتختال به الفتاة الصغيرة او تخجل وتشقى به وتواريه وتتوارى عن الأعين.

ومما يزيد من خجلها وضيقها أن أعين الرجال تتلصص عليه وتلتهمه وتحاول ان

تكشف ستره.. كما انه من الأماكن التي لا بد أن تتغطى وأن يحكم غطاؤها، وإذا كشفته امراة فإنها تدان بالاستهتار والانحراف.. وأول ما تحاول أن تتخلص منه الفتاة حين تبغي التحول إلى رجل هو الثدي فهو العلامة الظاهرة البارزة التي تؤكد الأنوثة.

- وهو من الأماكن التي تستهوي الرجل في جسم المراة، وهو ايضاً محمل ببعض الأعصاب الحسية التي تشكل جزءاً من الأحاسيس الجنسية عند المراة.. وتنشغل به الفتاة الصغيرة والمراة الناضجة إذا كان به عيب كان يكون صغيراً او كبيراً في الحجم اكثر مما ينبغي، ولذا فهو من الأماكن التي طالتها يد جراح التجميل فيستطيع ان يحشوه ليزداد حجمه أو يقص منه لينقص من تدليه وليصلح من شكله.. واهتم به مصممو الأزياء وفهموا اهميته بالنسبة لجمال المراة، فاعطوه أولوية في تصميماتهم ليصبح أكثر تأثيراً.

* ولذا، فإن قرار إزالته يسبب صدمة قاسية بالنسبة لأي امراة.. وقرار الإزالة قد يكون حاسماً وقاطعاً يحمل معنى الأمر اكثر من مجرد النصيحة الطبية ولا يعطي فرصة للمراة للتردد او التراجع. وتجد المراة نفسها في خلال يومين او ثلاثة وقد أزيل أحد ثدييها تماماً.. يحدث هذا في حالة أورام الثدي.

والإحصائيات العالمية تقول إن امراة من بين كل ١٢ امراة تصاب باورام الثدي.. وفي بلد مثل بريطانيا على سبيل المثال، حيث الإحصائيات الدقيقة تصاب ٢٥,٠٠٠ امراة كل عام بأورام الثدي، ولكن لحسن الحظ، فإن ٩٠٪ من هذه الأورام تكون حميدة ويزال فقط الورم دون التخلي عن الثدي بالكامل وما حوله من عضلات.

واغشية.

وتفاجأ المرأة بهذا البتر المفاجئ وتشعر بأحزان الفقد وتهتز من داخلها اهتزازاً عنيفاً وتأسى على ثديها وعلى أنوثتها الضائعة وجاذبيتها التي فقدتها.. تنهار ثقتها بنفسها تماماً وقد تكون آلامها مضاعفة عن آلام المرأة التي فقدت رحمها لأن الأمر ظاهر وخاصة إذا كشفت عن صدرها وهذا أمر صعب تحاشيه بالكامل سواء بمفردها أو مع زوجها.

قد تنسى المرأة التي انتزع منها رحمها بعض الوقت، ولكن المرأة التي بتر ثديها لا تنسى أبداً، كلما تحسست صدرها أو كلما كشفت عنه، أو كلما شاهدت امرأة سليمة الثديين.. إنها حالة من الألم المستمر التي تؤثر في مزاج المرأة واستمتاعها بحياتها، وتؤثر في علاقتها بزوجها وفي استجابتها العاطفية والجنسية، وخاصة إذا أبدى الزوج تأثراً أو نفوراً في البداية.

إن كلا الزوجين يحتاجان معاً إلى المساندة النفسية من الطبيب ليتكيّفا على الوضع الجديد ولكي يستطيعا استئناف حياتهما العاطفية والجنسية بصورة طبيعية.. يحتاج الأمر بعض الوقت للتكيف على الوضع الجديد ولإيجاد الوسيلة لتناسي وتجاهل الصورة الجديدة ثم تقبلها حتى ينعدم تأثيرها على إحساس المرأة بأنوثتها وذاتها، أي لكي تبرأ من التشويه الذي أصاب صورتها المرسومة في عقلها.

إن البتر الحقيقي يكون في صورة المرأة الداخلية والتي تغذي إحساسها بأنوثتها وثقتها بنفسها وتحدد إقبالها على الرجل واستجابتها لإقباله.. قد تعتاد العين البتر الخارجي ولكن العين الداخلية تظل قلقة حائرة ضائقة لا تغمض ولا تعتاد.

* وهناك جراحات حديثة لإعادة الشكل إلى ما كان عليه وقد ينصح الطبيب النفسي بها لإعادة التوازن النفسي للمرأة إذا فشلت الوسائل التقليدية في العلاج، وإذا عجزت المرأة على التكيف والتقبل.

- في البداية تتأثر بشدة العلاقة الجنسية إذ تصاب المرأة بالفتور التام، وقد يصاب الزوج بالفتور نفسه.. وتتحسن الرغبة من الطرفين تدريجياً، وخاصة إذا كانت العلاقة بينهما طيبة.

والزوج يلعب أهم الأدوار في حياة المرأة في هذه الحالة، إذ هو الذي يساعدها على أن تستعيد ثقتها بنفسها.. إن نظراته الحانية الخالية من القلق ولمساته الرقيقة المشبعة بالحب وإقباله الصادق المدفوع بالرغبة والذي لا تخطئه المرأة في عينيه.. كل ذلك من شأنه أن يعالج التشويه الذي أصاب صورتها الداخلية فتقبل على الحياة وعلى زوجها بأحاسيس جديدة، وتصبح الحياة فعلاً مشرقة بعد فترة من الإظلام التام الذي اجتاح كل جنبات نفسها.

- وثمة مخاوف أخرى تسيطر على المرأة وعلى زوجها من احتمال ظهور المرض مرة أخرى.. وقد تسيطر فكرة الموت عليها.

هذه المخاوف وهذا القلق يعصف بطعم الحياة، ويزيل بهجتها ويشل سريانها ويجهض روح الحماس والانطلاق والاستمتاع.. وهي مخاوف لها أساس من خبرة حديثة ما زالت آثارها باقية شاهدة.. فمن كان يتوقع أن تصاب بهذا المرض وليس من سبب ظاهر أو خفي.

هكذا فجأة وهي تتحسس ثديها اصطدمت يدها بهذا الورم، وفي غضون أيام

أزالوا ثديها وإلا.. وإلا ينتشر المرض وتذهب حياتها.. إذن الموت كان قريباً منها.. على بعد خطوات.. ومن يضمن انه ابتعد نهائياً!! اي لا أمان.. وعلى الرغم من أن الإنسان.. اي إنسان يعرف انه سيموت يوماً ما، إلاّ انه يرى أن هذا اليوم بعيد جداً، ولهذا فهو لا يفكر فيه وكانه ابدي ومخلد.

وكل الناس من حوله يتعرضون للخطر وبعضهم يموتون إلا أن لديه إحساساً نفسياً بانه بعيد عن الخطر وبعيد عن الخطر وبعيد عن الموت.. ولكن ظهور الورم وإزالة الثدي تجعل الأسرة تفيق من هذا الوهم.. يضع أمامهم الحقيقة ناصعة: الموت ليس بعيداً كما تتصورون.. ولهذا يحدث تغير على حياة هذه الأسرة ويهز إلى حدّ ما تكيفها واستقرارها، ولا شيء أقسى من أن يفقد الإنسان إحساسه بالأمان، ولا شيء أسوأ من أن يفقد الإنسان ثقته بالزمن.

* وهذه المخاوف قد تصل إلى حد المرض، بمعنى انها تظل مسيطرة على العقل كل الوقت، وتفسد كل شيء في الحياة، وفي هذه الحالة فإن الأمر يحتاج إلى التدخل الطبي النفسي.

* وهذه المراة قد تصاب بالاكتئاب المرضي باعراضه المعروفة وهي الحزن الشديد والياس والتقليل من قيم الذات والإحساس بالدونية وبالإثم، إذ تسيطر عليها فكرة أن الله عاقبها لآثامها واخطائها في الماضي، وقد تسيطر عليها فكرة الخلاص من حياتها، وهنا يجب التدخل طبياً نفسياً بشكل حاسم.. والأمر يتوقف على مدى استعداد المراة للإصابة بمرض الاكتئاب، إلاّ أن كل النساء اللاتي تعرضن لجراحة إزالة الثدي يعانين من المشاعر النفسية المتضاربة الأنين: مشاعر الفقد، قلق الموت،

ضعف الثقة بالنفس، الغضب بسبب التشويه الذي حدث، وكذلك الشعور بالاغتراب.

* وبعد ان تضيق المراة من هذه المشاعر السلبية المؤلمة وتستعيد توازنها، قد تمر بحالة معاكسة اي مناقضة لما مر بها من مشاعر فتندفع لتستمع بحياتها بصورة مبالغ فيها.. فالتهديد الذي يحمله المستقبل غير المضمون يجعلها تتمسك بالحاضر لتحقق كل الرغبات المؤجلة.. فالإنسان، اي إنسان، وخاصة إذا كان في مرحلة الشباب، وإذا كان بعيداً عن الخطر، فإنه يؤجل أشياء كثيرة ويقول لنفسه سيكون امامي وقت في المستقبل لأنجز ما أريد.

ولكن بعد ان يصبح المستقبل كالضباب، فإن المراة تحاول أن تنهل من كل لحظة وأن تمتص رحيق الحاضر والا تؤجل شيئاً للمستقبل.. إن هذه المراة التي فقدت جزءاً من جسمها تفقد الثقة بالمستقبل.

× × ×

- إن آلام الفقد فظيعة.. قد نفقد مالاً.. وقد نفقد وظيفة.. وقد نفقد شخصاً عزيزاً.. وقد نفقد حباً.. وقد نفقد شيئاً من جسدنا.. وكلّها آلام فظيعة وغير محتملة تهز الإنسان حيناً من الوقت.. يقلق.. يخاف.. يكتئب.. يفقد ثقته بنفسه وبالناس وبالحياة.. واسوأ ما قد يصل إليه ان يكره حياته.. وهو في كل الأحوال يحتاج للمساندة.. اولاً من إنسان قريب او حبيب إذا كان قد استطاع ان يدخر الحبيب للأيام الصعبة.. وفي النهاية لا بد من مساعدة الطبيب.

امرأة مرفوضة

* تُسحر المراة احياناً برجل.. سحراً قدرياً يسيطر على مصيرها، يتعلق به فؤادها ولا تستطيع أن تنفك منه أو هي لا تريد هذا الفكاك حتى وإن بدا الحصول على هذا الرجل ضرباً من المستحيل، وتظلّ تناضل أبد الدهر موزعة بين الأمل والياس لعلها تظفر به، ويصبح الأمر كالوسواس الذي يغزو العقل ويسيطر عليه ولا تستطيع منه خلاصاً.

وهي إذ تحبه حباً خالصاً ورائعاً لا تريد منه إلا الاهتمام ومبادلة الحب ليشعرها بالاطمئنان والاستقرار، ويكون غاية مناها أن ترتبط به ويرتبط بها برباط أبدي، وتخشى، حتى الموت، ان يبتعد عنها فهي لا تتخّيل الحياة دونه، وتغشاها كآبة الدنيا حين تتخيل نفسها وحيدة، فلا فرحة إلا معه ولا سعادة إلا به.

يهدأ خاطرها ويستقر فؤادها وتقر عينها وتنتشي نفسها بقربه، وتشقى كل الشقاء ببعده.. ولذا تتمسك به تمسكاً لا حدود له وتعطي بلا مقابل وتتغاضى عن أخطاء أو هفوات وتلعق جراحها وتكتم آلامها وتكظم غيظها، وحتى وإن انفجرت وثارت رجعت وندمت وتأسفت وتابت وقبلت بالحد الأدنى أو ما تجود به نفسه.

وتتذبذب مشاعرها صعوداً ونزولاً وهبوطاً حسب رضاه وصده، فتصعد إلى السماء كطائر نشوان بنعيم الحب، ونفس الطائر يهوي إلى الأرض صريع الصد.. وتحار في امره فهو مقبل ومدبر، حار وبارد، كريم وبخيل، ضعيف وقوي، متحمس وفاتر، خيالي يفيض شعراً وواقعي ينضج صرامة، عاشق ولهان يشع دفئاً وغراماً وسحراً، ثم يبدو كالغريب جامد السطح خالي الفؤاد منطفئ المشاعر.

الأمس غير اليوم، والصباح غير المساء، ولا تدري ماذا سيحمل الغد من مفاجآت..

ولكنها أخذت قرارها وعزمت أمرها أن لا تدعه يمضي وان تظل معلقة به، والأمر ليس بيدها، بل هو مصيرها وقدرها مكتوب عليها وهي سعيدة به وإن اشتكت، راضية به وإن ضجرت، مستسلمة له وإن قاومت.

* وتمضي الأيام والشهور والسنوات مضافة إلى العمر الذي يتقدم ولا شيء يتغير.. وإن اقتربت ابتعد، وإن ابتعدت تصنعاً اقترب.. وإذا جاحدته قفز من أعلى مرتفع ليهرب.. وكم حاول الهروب وناضلت من أجل إسعاده ويعود ثم يعود للهروب، وهو لا يدري وهي لا تدري لِمَ يهرب ولِمَ يعود..

* هي أحبته وهو احبها لا شك في ذلك.. هي اخلصت له وهو اخلص لها.. هذا صدق.. هي لا تستطيع ان تحب غيره وهو لا يستطيع أن يحب غيرها.. هذا قدر.. هي لا تستطيع أن تتركه وتمضي وهو لا يستطيع أن يخلّص داخله منها.. هذا مصير.

وواضح أن الأقدار هي التي لعبت الدور الأساس في الجمع بين قلبيهما فوقع كل منهما في غرام الآخر عشقاً أبدياً، ولكن كتب على هذا العشق أن يظل هائماً حائراً محلقاً في السماء قريباً من النجوم المستحيلة والأرواح الشريرة والملائكة المفعمة بالرضا والشياطين المطرودة من الرحمة.

كتب على هذا العشق ان يظل فكره خيالاً وحلماً وأملاً والا يلمس أرض الواقع أبداً والا تتحقق له النهاية السعيدة وهي الزواج الذي يتم بين كل رجل وامرأة من بني البشر.

ماهي حكاية هذه المرأة؟ لِمَ هي مرفوضة من رجل يحبها..؟ لِمَ احبها ثم هو

يريد أن يبتعد عنها؟ هل هو رجل مريض..؟

× × ×

- كثير من النساء احببن رجالاً لا يستطيعون الالتزام بارتباط دائم.. هذا رجل لديه مخاوف الالتزام.. يضطرب اضطراباً شديداً ويصاب بالحمى والهذيان والتصرفات المتناقضة، إذا شعر ان هناك امراة ترتب معه من اجل المستقبل.

هذا الرجل يسبب آلاماً شديدة للمرأة التي أحبته.. إننا إزاء مشكلة موجودة في عقل رجل وبعيدة كل البعد عن المراة، ولكن اهتمامنا هنا لن يكون بكيفية علاج هذا الرجل بقدر ما هو من اجل مساعدة هذه المراة ضحية هذا الرجل.

* قد يهرب هذا الرجل بعد اول لقاء، وقد يهرب بعد سنة أو بعد عشر سنوات او قبل الزواج بايام قليلة.. وقد يهرب بعد الزواج بايام او شهور او قد يظل مترقباً الفرص ليهرب حتى بعد سنوات من الزواج.

إن الخوف الشديد يدفع هذا الرجل احياناً إلى تخريب علاقة طويلة وجميلة.. إنه أبداً لا يستطيع، ولهذا فهو يهرب ويجري بكل ما أوتي من قوة.

وهناك من القصص الغريبة حقاً التي تؤكد الطبيعة المرضية لهذه الحالة.. ومن اغربها قصة تلك الفتاة التي استأذن منها خطيبها اثناء جلوسهما في مطعم للغداء ليشتري علبة سجائر.. ذهب واختفى للأبد.. وهناك رجل آخر يختفي بعد عشر سنوات..

* والسؤال الذي يطرح نفسه: هل هذا الرجل حين احب هذه المراة وبدا علاقته معها ثم نبذها وهجرها فيما بعد.. هل كان يعرف طبيعة مرضه..؟ هل كان

يعرف مقدماً أن مصير هذه العلاقة إلى الفشل وأنه هو ذاته سيكون السبب في ذلك؟

هل كان يعرف أنه كان يقول مالا يعني.. اي حين كان يقول لها-وبصدق-أنها حبه الأخير وأنه يتمنى الارتباط بها حتى نهاية العمر.. هل كان يعرف ويدرك أنه بمجرد استسلامها له وموافقتها سيولي لها ظهره..؟ هل كان يدرك كل ذلك شعورياً، أم أن الأمر كان مخفياً في اللاشعور، أي العقل الباطن..؟

* إنه بمجرد أن يكون للعلاقة شكل ثابت ومستقر يوحي بأبديتها، فإن مظاهر الاضطرابات تبدأ على هذا الرجل.. بمجرد أن تصبح العلاقة قوية فإن هذا الرجل يسلك سلوكاً بشكل غير منطقي بالمرة.. إنه يبدأ في اختلاق الأعذار والبحث عن عيوب في هذه المرأة تبرر سلوكه الشاذ وهو يعرف وفي أعمق أعماقه أنه إنما يجسد هذه العيوب من أجل إيجاد أعذار لابتعاده..

* وهذه المرأة المسكينة تظل لآخر لحظة تبحث عن أخطاء ارتكبتها هي لتتحمل اللوم على اضطراب العلاقة، فبالرغم من سلوك الرجل غير السوي والشاذ، إلا أنها مستعدة لتحمل مسؤولية هذا الاضطراب الذي أصاب سلوكه.. إنها بذلك تبحث عن حل وعن علاج لعل الأمور تعود إلى ما كانت عليه.. إنها مخلصة في إنقاذ حبها وهي تحب هذا الرجل حباً حقيقياً..وهذا الرجل يحبها أيضاً حباً حقيقياً ويسعد بها ومعها ويتمنى أن تظل معه طوال عمره، إلا أنه يشعر بالخطر حين تطلب منه الارتباط الرسمي.

في تلك اللحظة يشعر أنه دخل المصيدة.. إنها مصيدة الحب الذي يحتم الارتباط

الدائم.. حبه لها وحبها له.. هذا الرجل ينقلب إلى النقيض كلّما نظر إلى حبيبته وشعر انه إذا لم يهرب الآن فإنه سيظل في المصيدة طوال حياته.. حينئذ يصاب بالذعر.. والنساء اللاتي وقعن في حب رجال لديهم عقدة الالتزام يحكين القصص نفسها.

* تقول سيدة: حينما يكون معي يكون رائعاً.. ثم يختفي ولا اسمع عنه لمدة اسابيع.. فإذا التقينا يكون بارداً واظل ابذل جهداً لاستعادته ويعود رائعاً كما كان.. ولكنه يعاود الاختفاء..

* تقول اخرى: منذ ان اتخذنا قرار الارتباط كل شيء اضطرب في علاقتنا.. حماسه فتر.. ابتعد عاطفياً.. شكوكه زادت.. نقده اصبح مؤلماً.

* تقول فتاة: بعد ان تمت الخطوبة اصبح عصبياً، متقلب المزاج.. تزايدت مشاجراتنا واصبحنا نختلف على كل شيء.. وبدات ادرك اخيراً انه هو الذي يختلق هذه المواقف لكي نختلف ونتصارع..

× × ×

- ولنتتبع العلاقة من بدايتها.. هي بداية جميلة.. تدرك هي عن يقين، وبحس الأنثى الواعي، وبقلب المرأة التي تعرف الحب وتتلهف عليه، وبعقل ذكي اصقلته خبرة السنين، وبعين خارجية فاحصة مدققة، وبعين داخلية تستشر وتستلهم، تدرك انها قابلت اروع إنسان لم تر من قبله ولن ترى بعده.

اما هو، فيشعر انها حلم حياته وقد هبطت عليه من الجنة محملة بملائكية ورقة، ثم اغتسلت بطين الأرض، وتعطرت بمياهها فاكتسبت شقاوة وخفة ومرحاً

وذكاء فتحقق لها اكتمال الجمال الأنثوي.. ولم يتردد في السماح لها باقتحام حياته: القلب والعقل وجدول الأيام.

من البداية، كان الارتباط قوياً ناصعاً حاراً وعميقاً ولكن ليس ملزماً وليس واعداً بأي شيء.. انطلاق بلا حدود واستمتاع بنفحات حب قدري ونشوى ذاهلة آخذة وتمنيات مخلصة أن يدوم الحب.. ليس إلا الحب..

* ومن شدة الحب يكون الخوف من الافتراق وتكون لوعة الفراق وآلام الاشتياق.. ويتجدد اللقاء وتعمق الأحاسيس ويقوى الارتباط ويتيقنا من أبدية العلاقة فهي قدره وهو قدرها.. تقبل هي أكثر مما هو يقبل عليها.. ثم يقبل هو بمثل ما تقبل هي عليه.. ويحيطها بحبه واهتمامه وحنانه وامانه فيشعرها بالأمان والطمانينة وتستقر وتهنا.. يقنعها.. يبهرها.. يبدو حساساً وعاطفياً ودافئاً وعميقاً وأميناً.. وتشعر بقدر احتياجه لحبها بنفس قدر احتياجها لحبه.. وفي لحظة فرح يعلنها انه يريد ارتباطاً أبدياً.. ويضعها على قائمة اهتماماته.. دائماً يتحدث عن المستقبل وتحدثه عن احلامها.. وحين يتكلم عن احلامه يقول: نحن الاثنان ولا يقول أنا.. ينشغل بمشكلاتها واهلها وطموحها ويرى أن مستقبلها هو مستقبله.. كل ذلك تحت تأثير نشوة خمر الحب الذي يجري في دمائهما متصلاً بنهر لا ينضب.

* ويضعفان أمام بشريتهما فيهبطان حيناً من سماء الأحلام ويلامسان أرضاً لها جاذبية لا تقاوم تفرض استقامة الظهر وثبات الأرجل لينظرا إلى الأمام ويرتبا لغدهما.. فيتساءلان وماذا بعد..؟ ولا تكون إلا إجابة واحدة تفرضها شدة الحب وصدق المشاعر: نرتبط رسمياً.. نتزوج..

* هنا ينتابه الرعب.. ويحاول أن يطير بها ثانية إلى سماءالأحلام حيث لا جاذبية ولا زمان ولا مكان.. وتطير معه ولكن لا مفر من العودة إلى الأرض الصلبة.. فيهرب حيناً.. ويمرض حيناً.. ويراوغ حيناً.. ولكن في النهاية عليه أن يواجه أمر الحب.. أن يواجه نفسه.. أن يتعامل مع قلبه..

* تدريجياً يتراجع.. اهتمامه يقلّ.. يبعدها عن حياته.. يفرض حصاراً حول نفسه.. أهله.. عمله.. مناطق محرمة ممنوع عليها أن تجتازها.. كما يبتعد عن اهتماماتها.. يبتعد عن دائرة حياتها.. عواطفه ينتابها الفتور.. يضع برنامجاً صارماً لحياته ليست هي على قائمته إذ تأتي هي في المرتبة الخامسة بعد عمله وأهله وأصدقائه واهتماماته الشخصية.. تصبح وكأنها عبء على حياته.. حين يجلس معها تكون بينهما مسافة مكانية ونفسية وتتكلم هي فيبدو أنه لا يسمعها، تستغرقه أفكاره أو تغمض عيناه بالنعاس.. إنه نعاس عدم الاهتمام وكان من قبل نعاس الخدر اللذيذ والأمان والاسترخاء.. ويختلق الأعذار ويصطنع المشكلات والمعوقات التي تمنعه من لقائها.. وفجأة يختفي.. وفجأة يظهر.

وأخطر المراحل حين يستمع للناس عنها ويرصد معهم كل صفاتها السيئة ليخفف من وطأة سيطرتها على عواطفه.. إنه يريد أن يراها سيئة.. يريد أن يجد المبرر للهروب الكبير.. ولأول مرة ينتقدها.. يعترض على سلوكها، ملبسها، علاقاتها، أسلوبها، طريقة كلامها أو ضحكاتها.. ثم الأخطر أن يقارن بينها وبين أخريات وتخرج هي مهزومة في هذه المقارنات.. ويصل سخفه المتعمد أو اللاشعوري إلى أقصى مداه حين يتحدث باحترام أو بإعجاب عن امرأة أخرى مردداً مزاياها ليؤكد بها

عيوب حبيبته..

* والنهاية لا تأتي أبداً.. أقصد نهاية الحب وخاصة إذا كانت العلاقة قد استمرت طويلاً.. فالحب الحقيقي لا يموت.. يظل باقياً حتى بعد الموت.. لأنه حين يموت أحدهما، فإن الآخر يموت من بعده وهو على حبه، وهذا منتهى الحب.. ولكن قد ينفصلان.. يبتعدان أياماً وشهوراً وسنين تأكل من العمر ولا تترك منه إلا قليلاً يعيشانه في حسرة وألم، وذلك لأنه قرر الهروب من الارتباط الملزم.

* يتغير تماماً.. يقضي أقل الوقت معها ولا يكلف نفسه إعطاء مبررات لتأخره وتخلفه.. يخلف مواعيده ويغير خططه.. متقلب المزاج دائماً.

إنه يقول شيئاً ويفعل شيئاً مناقضاً.. رسائله مزدوجة ونفس الرسالة تحمل معنيين متناقضين.. يبتعد عاطفياً متعللاً بكثرة العمل والإجهاد والمرض وعليها هي أن تفهم.. ولا يفعل أي شيء إيجابي على الإطلاق لعودة العلاقة إلى ما كانت عليه ولا يتحدث عن أي شيء يتعلق بالمستقبل.. ينتقدها.. يلومها.. يحملها مسؤولية اضطراب العلاقة.. يختلق شكوكاً وظنوناً وأوهاماً ليسيء إليها ويستفزها لتثور وتنفعل بغضب لتسهم في التدمير.. ويقرر مع نفسه أن يبتعد نهائياً بل وينهي العلاقة إلى الأبد فيستريح ويذهب عنه الغم الذي كان يجثم على صدره.. ولكن بعد قليل ينتابه ألم من نوع آخر..

ألم الفقد والفراق إذ يثب إلى بؤرة وعيه وصميم إحساسه حبه لها، فيدرك أنه من المستحيل أن يتحقق له ما يريد بالابتعاد نهائياً عنها.. ويحاول مع نفسه مرات ومرات.. يحاول أن يبتعد ولكن قلبه يعود به مرة أخرى.. ويدرك عبث ما يفعل..

يدرك استحالة الانفصال فهذا قدر ومصير.. ولذا، فالستارة لا تنزل أبداً على تلك الحكاية.. تظل النهاية معلقة.. لا هو تركها.. ولا هو تزوجها.. تركه لها موت، وزواجه بها موت.. والموت نوعان بطيء ومفاجئ.. بطيء بمرض يائس يزحف تدريجياً، ومفاجئ كالجلوس على الكرسي الكهربائي.. تركها موت بطيء، وزواجه منها موت بالجلوس على الكرسي الكهربائي..

* إننا أمام إنسان مريض بالخوف.. مخاوف الارتباط.. مخاوف الالتزام.. وهي مثل أي مخاوف مرضية اخرى مثل الخوف من الأمراض او الخوف من مواجهة الناس، او الخوف من الأماكن المرتفعة أو الضيقة.. والخوف من الالتزام قريب الشبه من الخوف من الأماكن الضيقة كالمصعد او السيارة.

الإنسان في هذه الحالة يخاف من أن يغلق المكان عليه فلا يستطيع الخروج منه حين يريد.. يخاف الا يجد من ينقذه حين يتعرض لأزمة أو حين يسيطر عليه الخوف والرعب وبذلك يتعرض لحرج شديد.

إنه حين يحتويه مكان مغلق يشعر بانه داخل مصيدة كالفار تماماً وتتصاعد تدريجياً أعراض القلق الحاد من ارتعاش وعرق وضربات قلب عنيفة وجفاف بالحلق.. إنه الذعر بعينه.. إن مخاوف الارتباط الدائم.. هي نفسها مخاوف الأماكن الضيقة.. إن الارتباط الدائم بالنسبة لهذا الرجل معناه الاختناق.. و مثلما يصاب مريض مخاوف الأماكن الضيقة والمغلقة باعراض جسدية.. فإن مريض مخاوف الارتباط يصاب ايضاً باعراض جسدية أهمها آلام الظهر وآلام الرقبة وتقلص العضلات وصعوبة الحركة.

إنها آلام مباغتة فجائية ولا تأتي له إلا في حضور وتواجد حبيبته معه فتجعله عاجزاً ومستسلماً.. وقد تنتابه آلام المعدة وصعوبة التنفس والشعور بالبرودة الشديدة وعدم تحمل الجو البارد.. وقد يشعر بالدوخة والرغبة المستبدة في النوم.. وهي كلها أعراض تكشف عن صراع مرير يدور حول نقطة معينة: الحنين للاقتراب، وفي الوقت نفسه الرغبة الملحة في الفرار.

* وأكثر ما يؤلم المرأة، هو هذا التغيير الشامل العجيب. التغير إلى النقيض.. من قمة الحب والاقتراب إلى قمة اللامبالاة والبرود والابتعاد.. ألمها عظيم لأنها تتصور أن الحب قادر على قهر وهزيمة كل الصعوبات.. وتسأل نفسها: هل هذا الرجل كان يكذب؟ هل له شخصيتان؟ لِمَ تحول من رجل سعيد متحمس ومتألق ومستقر نفسياً وواثق بنفسه ورقيق وحنون، إلى إنسان قلق متقلب مزاجياً مشحون بالانفعالات الغاضبة دائم النقد والتجريح؟

هل ما زال يحبني كما كان أم هو يكرهني؟ أم هو مزيج من الحب والكراهية؟ هل فعلت شيئاً أغضبه؟ هل ينسى عمرنا بهذه السهولة؟ هل يستطيع فعلاً أن يبتعد عني للأبد؟

إنني أموت لو تركني فهل يموت هو أيضاً إذا تركته؟ لو علّقوني على مشنقة لا أستطيع تجريحه، فلماذا ينتقدني ويجرحني ويلومني وكأني أسوأ إنسانة عرفها؟ لِمَ يقارن الآن بيني وبين امرأة أخرى؟ في الحب لا مقارنة والحبيب لا يقارن فهو في القمة بالنسبة لي.. فلِمَ أنزلني أنا من القمة التي رفعني إليها؟

× × ×

ولكن الحقيقة أن هذا الرجل يشعر بالتمزق.. من ناحية هو يحب هذه المرأة.. ومن ناحية اخرى يصرعه قلق الالتزام والارتباط.. يعطيها ظهره وقلبه معها.. إن الأمر يصبح بالنسبة له كالوسواس.. فكرة تسيطر على ذهنه ضد إرادته كل الوقت ولا يستطيع الهروب منها.. إنها تداهمه كل الوقت وتطحنه.. وفي أثناء نومه أيضاً تزوره الكوابيس.. وكلما كانت بعيدة، فإن مشاعره تكون طيبة نحوها لأنه يكون في مامن، وإذا بدأت في الاقتراب شعر بالخطر.. خطر الموت الذي يهدد حياته. وحين يكون معها وتقترب اكثر فاكثر تنتابه فكرة جنونية بأن يقذف بنفسه من النافذة التي تعلو على الأرض بعدة أدوار.. يكون الموت ارحم من الاقتراب الخانق.. ثم إذا ابعدها عنه واختفى عن ناظريها شعر بالذنب والحنين.

* وحين يشتد الحصار فليس امامه سوى الهروب أو القتال.. وهذا ما يحدث إذا تعرض اي إنسان للخطر.. إما أن يهرب وإما أن يقاتل.. هكذا يفعل الحيوان والإنسان.. إنها الطبيعة التي تحرك اجهزة الدفاع والمناعة داخل الإنسان والحيوان للحفاظ على الحياة واستمرارها.. إذا لم تتحرك هذه الأجهزة بالقدر الكافي، فإن النهاية هي أن يتحطم الإنسان ويفنى.

والرجل حين يدخل مصيدة الارتباط الدائم وتداهمه مخاوف الالتزام يكون أمام احد امرين: إما أن يجد أسرع وسيلة للهروب أو يبقى ويناضل ويحارب ويصارع المرأة التي كانت السبب في دخوله المصيدة.

بعض الرجال يفعلون كلا الأمرين، الهروب والقتال معاً.. ولكن لِمَ يهرب البعض ولِمَ يقاتل البعض الآخر؟

إن الأمر يتوقف على مدى حساسية جهاز الإنذار داخل الشخص.. وليس مثيراً للدهشة أن هذا الرجل لا يحاول الهروب ولا يقاتل إذا كانت العلاقة سيئة.. ولكن تبدأ المتاعب ومحاولات الهروب والقتال إذا كانت العلاقة جيدة.. كلما اقتربت هي شعر بالاختناق، وكلما كانت أكثر حباً وحناناً صعب عليه أن يجد مبرراً للهروب.

جهاز الإنذار يدق بعنف إذا كانت العلاقة طيبة وتظهر أعراض القلق على السطح.. ولهذا تلاحظ المرأة أشياء غريبة.. إنه في نهاية كل رحلة سعيدة يختلق شجاراً أو بعد أن تقدم له هدية في عيد ميلاده.. دائماً يربط الأحداث السعيدة بمرارة.. وهذا يجعل المرأة في حيرة شديدة.. ولا تملك في النهاية إلا أن تقول بأسى: أنا أحب رجلاً لا يحبني..

× × ×

إنه رجل منقسم على نفسه.. رجل له عقلان.. جزء منه يرتبط بالمرأة ويحبها.. وجزء يختنق بالارتباط.. ضحيته امرأة أحبته.. وهو ضحية نفسه.. والمرأة لأنها لا تستطيع أن تتصور حياتها بعيدة عنه فإنها ترفض أن تأخذ قرار الانفصال حتى يبدأ في الإساءة إليها.. وفي هذه اللحظة تكون في غاية التشويش.. والحيرة والاضطراب.

تشعر وكأنها مشلولة تماماً وعاجزة عن الحركة.. ومما يزيد من حيرتها أنه لا يستطيع أن يتركها ولا يستطيع أن يستمر معها.. إنه لا يستطيع الاختيار.. إنه اختار ألا يختار.. يتأرجح كالبندول.

تلاحظ المرأة الآتي:

- يقول شيئاً ويفعل نقيضه.

- يغير خططه.

- يغير رأيه.

- لا يفي وعوده.

- يخطو خطوة واحدة إلى الأمام وخطوتين إلى الخلف.

- إنه يريد العلاقة ولكنه يريد مسافة بينه وبينها يشعر فيها بالأمان بلا التزام، ولهذا تستهويه المرأة التي تعيش في مكان بعيد عن المكان الذي يقيم فيه، ولذا لا يلتقيان كثيراً.. كلما ابتعدت بينهما المسافة وقلت لقاءاتهما.. استمرت العلاقة وقويت.. ولذا قد يختار امرأة تعيش في مدينة بعيدة عنه.. فإذا جاءت بجواره اضطربت العلاقة.

- والمرأة تكون في وضع حرج جداً.. إنها لا تريد أن تلح وتطلب وتشكو وتحقق. لا تريد أن تبدو مسيطرة، ولهذا تسكت وترضى وتقبل بالحدود التي يضعها وبالمسافة التي يفرضها..

× بعض الرجال يمضون في الطريق حتى ليلة الزفاف قبل أن يصيبهم الذعر.. وقد يبدأ الذعر بعد الزواج مباشرة.. هذا الرجل لا يكره زوجته ولكنه يكره مصيدة الزواج، ويظل يفكر في إيجاد المبرر الذي يسمح له في يوم من الأيام أن يبتعد عنها، فهو يشعر أن الاستمرار مستحيل، ولذا يبدأ في التفتيش عن عيوب زوجية ليفسد العلاقة.

وكلما حاولت المرأة ان تكون افضل وأن تحرص ألا يضايقه شيء، زاد حنقه ورفضه وغضبه.. وحنقه يطغى على إحساسه بالذنب فخوفه عظيم وقلقه أفدح.

* هو يريد أن يترك زوجته ولكنه لا يعرف كيف يفعل ذلك.. قد يكون الزواج ناجحاً بكل المقاييس المعروفة وهذا ما يدعوه إلى مزيد من القلق، فبدلاً من أن يكون سعيداً بزوجته الصالحة المخلصة المحبة، فإنه يصبح أكثر شعوراً بالتعاسة.. يحاربها دون أسباب، يتشاجر معها دون أن تدري لماذا.. يثور من اجل أخطاء هي غير مسؤولة عنها.. حين يشعر أن عليه أن يبقى معها مدى حياته يتقين أن هذه المراة لا تصلح له.

قد يرى بعقله أن ذلك غير صحيح، ولكنه لا يستطيع السيطرة على تلك المشاعر السلبية الخاطئة.

قد يلجأ الرجل إلى أعنف الوسائل لتحطيم زوجته والإجهاز عليها نفسياً من إهانات وإساءة.. وقد يلجأ إلى امراة أخرى يحطم بها زواجه.. إنها أفضل وسيلة وأعنف طريقة لقتل زواج، أي لقتل زوجة.. يلتقي الرجل بامراة غير زوجته ويوهمها بانه قد وقع في حبها وانه لا يحب زوجته.. هو يلجأ للمراة الجديدة ليستعملها ليخفف من قلقه ومخاوفه.. وإذا صدقته المرأة الثانية وأبدت اهتماماً وبدأت ترتب حياتها على أن يترك زوجته ليرتبط بها، فسرعان ما يتركها هي أيضاً.

* وقد تظن المرأة أن الرجل الذي أحبته وأحبها والذي يعاني من مخاوف الالتزام سوف يتحسن بعد الزواج.. إنها قادرة على تغييره.. ولكن الحقيقة أن هذا الرجل لن

يهدأ أبداً.. سيظل يبحث عن طوق النجاة.. قد يعترف أن زوجته تحبه وتخلص له، تتفانى في إرضائه وإسعاده، ربة بيت ممتازة ومطيعة وأم متفانية وتسعد اي رجل.. ولكن كل خطوة تخطوها نحوه يشعر وكانه مسمار يدق في نعشه.. إلى هذه الدرجة المأساوية يشعر هذا الزوج.

× × ×

ومشكلة المراة التي تفكر في الزواج تكون أصعب لأنها ستضيع وقتاً طويلاً من عمرها انتظاراً لهذا الزواج لكي يتحقق،، بينما هو يماطل ويتهرب.. حتى إذا انتصرت على مخاوفه وتزوجته، فإن المشكلات ستبدا بعد الزواج فوراً.. هذا الرجل تزوجته هذه المراة وليس هو الذي تزوجها.. هي التي سعت إليه وضغطت عليه وحاصرته وفرضت عليه الزواج.. إذا لم تكن خططت لزواجها منه، فإنه ما كان سيتزوج على الإطلاق.

اما المراة التي ليس لها طموحات زواج، فإن مشكلاتها تكون اقل حين تكتفي بالحب.. وقد تخشى على حبها أن يفسده الزواج، وقد تخشى إن هي حاصرته برغبتها في الزواج أن يهرب منها.. ولذا تفضل استمرارالحب وتفضل استمراره في حياتها وتتنازل ولو مؤقتاً عن رغبتها الحارة في الزواج بمن تحب.. فهذا هو حلم كل امراة وخاصة المراة التي تحب.. غاية المراة التي تحب ان تتزوج الرجل الذي تحبه، ولكنها قد تضحي بهذه الرغبة او تؤجلها إذا كان ذلك يهدد حبها، تتنازل عن كل شيء، تضحي باي شيء إلا التنازل عن حبها، وإلا التضحية بحبيبها.

* ولهذا اقول للمراة احذري من الوقوع مع رجل لديه عقدة الخوف من الزواج إذا

كنت تريدين الزواج:

* في البداية هو رومانسي غير واقعي.. ايّ كلام شاعري جميل يخطر على باله يقوله.. يفعل أي شيء لينال إعجابك واهتمامك وحبك.. وهو في حقيقة الأمر لا يفكر إلا في اليوم.. ليست له خطط بعيدة المدى ولا يفكر في عواقب وعوده التي يلقي بها جزافاً.. هو فقط يريدك ان تستجيبي وان تصدقيه.. ولكن أنصحك بان يزداد شكك وتوجسك وحيطتك كلما اقبل نحوك مندفعاً.

يجب أن تطلقي إشارات التحذير من داخلك إذا رأيت رجلاً مقبلاً بحماس وعاطفة فياضة منذ البداية وقبل أن تتوثق العلاقة.. لا تستسلمي لإطرائه ولا يسيل لعابك لمديحه كأن يبالغ في وصف جمالك او كيف تبدين صغيرة في السن، أو كيف أنه وقع في غرامك منذ أول لقاء وأنه يتمنى أن يرتبط بك طوال العمر ولا يتخيل حياته دونك.

* كوني واقعية وحاولي أن تبطئي من إيقاع تقدم العلاقة.. تحكمي في السرعة لأنك في البداية تملكين زمام التحكم.. استمعي إلى مشاعرك وغريزتك ولا تجعليه يجرك إلى عالم الأحلام.

* وهو في البداية يجعلك تشعرين أنك شيء خاص جداً بالنسبة له ولا يوجد أي تحفظات تجاهك.. يجعلك تشعرين أنك مقبولة تماماً.. ولكن احذري.. أن تكوني شيئاً خاصاً جداً بالنسبة له، فهذا لا يعني أن تكوني شيئاً دائماً.. وإذا كان يقبلك اليوم دون تحفظات فغداً سيتغير الموقف وسيرى عيوبك التي قد يعايرك بها مثل تواضع مستواك الاجتماعي أو التعليمي أو الجمالي أو الاقتصادي، أو أنك تكبرينه في

السن.. إنه لن يكون رفيقاً بك حين يقرر الهروب.. سيكون في منتهى القسوة معك.

* وهو يحاول في البداية ايضاً أن يوحي دائماً انه يسعى بصدق إلى علاقة ثابتة مستقرة معك.. علاقة لها مستقبل وليس مجرد علاقة سطحية عابرة. ولكن في الحقيقة هو يعبر عن اشياء خيالية وأمنياته التي لا يمكن تحقيقها بسبب عقدة الخوف التي عنده.

ولذا، انصحك الا تستسلمي لخيالاته واحلامه.. إن الرجل الذي يهدف حقيقة إلى تكوين اسرة لا يبدا حديثه من هذه النقطة.

* وحين تتوقف العلاقة وتفكرين جدياً في قبوله شريكاً لحياتك وحين تطلعينه على استعدادك، فإنه يستيقظ من احلامه.. وكلما تقدم خطوة استولى عليه مزيد من الخوف.. يشعر وكانه مسوق إلى الكرسي الكهربائي.. قد تتطور العلاقة إلى الشكل الرسمي مثل خطوبة أو عقد القران ولكنها تقف طويلاً عند هذا الحد.. ومن هنا يبدا هو لاشعورياً في جذب العلاقة إلى الخلف بدلاً من دفعها إلى الأمام.. يفعل كل شيء ممكن من اجل إفساد العلاقة.

ولكن للأسف ، انت لن تتراجعي بسهولة عند هذه المرحلة وخاصة إذا كنت تحبينه.. فانت ما زلت تثقين به، وفي الوقت الذي بدا يضخم فيه عيوبك فإنك تقومين بالتقليل من شان عيوبه ونقائصه وتتغاضين عن كل شيء.. ولكن انت في مرحلة اصبح ميزان القوى مخالفاً لما كان عليه من قبل عند بدء العلاقة.

انت الآن تثقين به، بينما الشك بدا يتسرب إلى نفسه. وانت تتصورين ان قبولك التام له يجعله اكثر طمانينة ولكن على العكس، فإن ذلك يجعله يشعر بالخوف،

فهو الآن داخل مصيدة الالتزام والارتباط.. انت تفعلين اي شيء من اجل استقرار واستمرار وثبات العلاقة، بينما هو اصبح مخرباً ومحطّماً للعلاقة بشكل واضح.. إنه الآن ينسحب إلى الوراء.

- وفجاة يختفي بطريقة غير إنسانية، أو يدفعك إلى حافة الجنون لتنهي العلاقة بيديك، وقد لا تستطيعين ذلك إذا كنت تحبينه وقد يعاود الظهور مرة ثانية في حياتك ويكون لديك الاستعداد ان تغفري له كل ما تقدم من ذنبه.. وقد تنجحين في الزواج منه. ولكن الزواج سيخنقه أكثر.

قد يحدث الطلاق سريعاً وبنفس الطريقة اي قد يطلقك فجاة وباسلوب غير إنساني، أو قد تستمر الحياة الزوجية سنوات ولكن دون استقرار.. إنه زواج قد حرم من الأمان.. وما قيمة زواج دون امان؟!

- وقد تسالين، اما من علاج لهذا الرجل..؟

× × ×

- أولاً، أريد أن أوكد أنه يعاني أكثر منك لأنه يحبك ولكنه لا يستطيع الاقتراب منك وأيضاً لا يستطيع الابتعاد عنك.. إنه يريد أن يحتفظ بالعلاقة بشرط أن تكون هناك مسافة.. هذه المسافة قد تضعف يوماً بعد يوم ولكن ببطء شديد جداً، ودون أن يدفعه احد من ظهره أو يجذبه من يده.

إن هذا الرجل ينتابه الذعر إذا شعر أنه مدفوع أو مسحوب أو محاصر، ويحس بالراحة والأمان إذا شعر أنه يتحرك بحريته.. ولذا إذا أردت العلاقة أن تستمر وأن تنتهي إلى الارتباط الدائم بالزواج فلا تضغطي عليه.. لا توجهي إليه أوامر.. لا

تتحدثي إليه بطريقة مباشرة.. لا تهدّديه ولا تفرضي تاريخاً محدداً ينتهي عنده كل شيء إذا لم يتحقق حلمك.. دعيه يتقدم هو نحوك بطريقته الخاصة وباسلوبه الذي يرتاح إليه.. دعي الحب يتغلغل في أعماق قلبه.

× × ×

- هذا الرجل رومانسي وعاطفي وخيالي وحسّاس.. ولا يغلبه إلا الحب ولا يتحكم فيه إلا قلبه، إنه يزن الأمور بعواطفه ويحكم على الأشياء بمشاعره ويقيم علاقته بالناس على أساس الوجدان.. وقد يتخذ أصعب القرارات تحت تاثير عواطفه، وفي الوقت نفسه يعجز عن اتخاذ أبسط القرارات باستعمال العقل والمنطق.. ولهذا انصحك بالاعتماد على قلبه وعواطفه ومشاعره لا على المنطق والعقل والحسابات.

دعي الحب يتغلغل في أعماق قلبه وهذا يحتاج إلى وقت طويل مع هذه النوعية من الرجال.. دعيه يقتنع بك بقلبه لا بعقله.. بحسابات العقل سيتردد، أما بحسابات القلب فسيتمسك بك مدى الحياة.. إذا وصل إلى منتهى الحب فلن يتركك ابداً..

سيخاف أن يفقدك.. سيخاف عليك.. سيشغله أمر صحتك وحياتك.. ستصبح حياتك أغلى من حياته وستحتلين رقم «١» في حياته.. ستصبحين كل شيء وأهم شيء وقبل أي شيء آخر في حياته.. اي قبل نفسه.

إذا وصل إلى هذه المرحلة سيفعل اي شيء من اجل الحفاظ عليك وعلى استمرار العلاقة حتى وإن تزوجك.. سيكون الزواج بالنسبة له تضحية كبيرة ولكنه لن يتردد إذا كان ذلك هو الوسيلة الوحيدة للحفاظ عليك.

دعي قلبك يقوده إليك.. ودعي عواطفه تهديه إلى دربك.. وهذه مرحلة لا يصل

إليها إلا بعد وقت، وبعد أن تبذلي أنت مجهوداً كبيراً مضنياً ومتواصلاً.

هو يريد أولاً أن يشعر أنك تحبينه لذاته لا للزواج منه، وليس لماله أو مركزه أو لأية ميزة أخرى.. إنه طفل مدلل يريد أن يعيش التجربة نفسها التي عاشها مع أمه التي أحبته حباً شديداً وفضلته على أبنائها وزوجها وكان الرجل الأوحد في حياتها حظي بالحب غير المشروط والعطاء غير المحدود والتقدير الرفيع والحنان الدافق.

إنه لا يرضى بأقل من ذلك من المرأة التي يحبها.. ثم إنّه يريدها خاضعة له مستسلمة لأوامره وأهوائه وتقلباته.. فهو يخاف المرأة العنيدة القوية المسيطرة، فهي تهدد أمنه وتفزعه وتسلبه المشاعر الذكرية الطبيعية تجاه الأنثى.. فهو له تصور خاص عن الأنثى ولا يمكن أن يستشعر رجولته إلا إذا تحقق هذا التصور في امرأة معينة..

× × ×

- وهذا الرجل أيضاً يعاني القلق والخوف والتردد.. إنها مشكلات اكتسبها منذ طفولته.. فهو لم يكن طفلاً جريئاً، كان أميل إلى الانطوائية والانغلاق والتأمل الذاتي، وكانت اهتماماته فردية مثل القراءة والاجتهاد الدراسي أو حب الفنون.. لم يكن له أصدقاء كثيرون وابتعد عن الجنس الآخر في الوقت الذي كان من في مثل عمره ينجذبون انجذاباً شديداً للفتيات.. وربما لم يقم علاقة واحدة لا في فترة مراهقته ولا في مطلع شبابه، وقد تكونين أنت المرأة الأولى في حياته.

والأب عادة قاسٍ والأم حنون، ولذا يلتصق بامه اكثر من التصاقه بأبيه..

ونستطيع أن نلمح بعض جوانب المشكلة الأوديبية في هذا الرجل، فقد عاش طفولته وهو بعيد عاطفياً عن أبيه وملتصق عاطفياً وإنسانياً بامه.. ولهذا، فإن اهتماماته بالجنس الآخر تكون محدودة جداً أو قد تكون معدومة ويكون ميله الجنسي للمراة فاتراً، فهو لا يسعى إطلاقاً للعلاقات الجنسية ولا تشغله في مراهقته او في بداية شبابه وإنما يتسامى بالاهتمام الديني أو العلمي أو الثقافي الفني.. ويحاول أن يكرر نموذج العلاقة بينه وبين أمه في علاقاته بالآخرين من الرجال والنساء، سواء في مجال الصداقة أو الزمالة.. وكل ذلك أكسبه التردد والوسوسة وخاصة في مجال العلاقات الإنسانية، فهو لا يثق بسهولة ويحتاج إلى وقت طويل لإقامة علاقة ولا بد أن يستوثق من صدق مشاعر الطرف الآخر، ولا يظهر عواطفه بسهولة وإنما يبدو بارداً متحفظاً غير مقبل وغير متحمس، كما يجب أن يحمل الآخرون عبء المحافظة على العلاقة وتغذيتها وتدعيمها واستمرارها.. يجب الاّ يبذل مجهوداً في علاقة ما دامت عواطفه ما زالت حيادية..

أما إذا تورط عاطفياً، فإنه يعطي بسخاء ويظهر اهتماماً لا حدود له.

هنا، يزول تردده وتتبدد مخاوفه وتنعدم وساوسه.. والحب عنده هو الطمانينة..

هكذا رضع طمانينة الحب من امه، ولذا فاي نموذج مخالف لنموذج العلاقة مع امه هو نموذج مرفوض، واي امراة لا تشبه أمه في قدر عطائها وحبها غير المشروط وكرمها وسخائها وضعفها واستسلامها وهيبتها، فهي امراة تفشل في أن تخترق جدران وجدانه الصلب وعواطفه الباردة وقلبه المغلق.

× × ×

- ولأنه امضى وقتاً طويلاً من حياته وحيداً فهو لا يحب الاقتراب الشديد من أحد.. يكره الزحام ويكره الأماكن المغلقة.. يحب أن تكون بينه وبين الناس مسافة.. إن الاقتراب الشديد يثير مخاوفه وقلقه، والحصار يفزعه، والمحاسبة تدفع بالضيق إلى صدره، والنقد يحرك في داخله الغضب.

إنه يحب الحرية والانطلاق وعدم تحمل مسؤولية الآخرين (إلا احباءه).. ولذا، فإن فكرة الارتباط الدائم بإنسانة واحدة تقلقه، أما فكرة الزواج فتصيبه بالرعب.

ومن المستحيل أن يتزوج لمجرد الزواج.. الدافع الأوحد لزواجه - إن تزوّج - هو الحب الشديد وإذا اضطر للزواج مرغماً فهو زوج غير سعيد ولا يبذل جهداً لإسعاد زوجته.. وإذا فشل زواجه الأول، فإنه من المستحيل أن يتزوج ثانية.

إذن، الدون جوانية ليست من صفاته، والتعددية ليست من سماته.. فهو لا يحب طوال حياته- الحب الحقيقي - إلا مرة واحدة أو مرتين على الأكثر في الأحوال النادرة، ولا يمكن أن تكون له إلا زوجة واحدة في حياته.. من أصعب وأشق الأشياء في الحياة عنده هو الزواج.. ولذا، فهي تجربة لا يمكن أن تتكرر.

احرصي على أن تكون بينك وبينه مسافة.. لا تخنقي انفاسه.. لا تكوني رقيبة على دقائق حياته.. فلتكن له حياته الخاصة ولتكن له خصوصياته، واطمئني فهو رجل ليس له اهتمامات نسائية وميله للجنس الآخر محدود جداً ولكنه فقط يحب الحرية.. إذا شعر معك بحريته اطمان لك أكثر، واقترب منك اكثر ووثق بك أكثر، وذلك سوف يساعده على التخلص من قلقه ومخاوفه ووساوسه.

× × ×

- وهو رجل حساس للألم الجسدي والألم النفسي.. يكره القسوة والعنف والألم والإيذاء.. ولذلك لا تكوني مصدراً لأي آلام في حياته، فإن ذلك سوف يبعده عنك فوراً.. فالمرأة في تصوره هي الوداعة وهي البلسم.. ولذلك فلتكن يدك حانية وبسمتك شافية.. إنه رجل يحتاج إلى التناول الرقيق.. وجسده يتألم بسرعة إذا شعر بالضيق أو الضغط أو الحصار.

وآلام جسده هي وسيلته للابتعاد.. فهو إذا اراد أن يبتعد عنك أو ان يتحاشاك، فإنه يستشعر الآلام في جسده لتقف عائقاً بينكما.. وهي آلام يشعرها بحق وليست ادعاءً.. إنها آلام الرفض.

أما إذا تعرض للحزن، فإن حزنه يكون شديداً ينال من نفسه ومن جسده أيضاً.. ولا تحزنه إلا الأشياء المرتبطة بالعواطف وبعلاقاته بالناس.

إن جراحه عاطفية وليس لأسباب مادية.. .وحزنه يطول، ولذا لابد أن تدعي له وقتاً كبيراً ليسترد نفسه وليسترد ثقته.

وهذه عموماً هي سمة الإنسان المتردد.. لا يحب بسهولة ويتردد ولكن إذا أحب فبعمق.. لا يحزن بسهولة ولكن إذا حزن فبعمق.. لا ينفض قلبه من علاقة بسهولة، ولكن إذا فعل فللأبد.

× × ×

إنه نموذج إنساني خاص يحتاج إلى الفهم لكي تستقيم العلاقة معه ثم تنتهي نهاية سعيدة ثم لكي تستقيم من بعد ذلك الحياة معه..

* إن أهم مشكلة في شخصية هذا الرجل هي الخوف.. ولذا مطلوب من المرأة التي

تحبه أن تعرف الكثير عن سيكولوجية الخوف.. والخوف من حشرة صغيرة غير ضارة كالنملة قد يذبح رجلاً له قلب اسد.

وهناك طريقتان لعلاج الخوف المرضي: التسلل برفق أو الاقتحام المباغت كفضيان أو كبركان.. فالرجل الذي يخاف من نملة لا بد أن نجعله يحب النملة.. قصة حب تنمو تدريجياً وبرفق ودون أن يدري .. قصة حب جوهرها الشعور بالأمان ولا يوجد ما هو اروع من هذا الشعور في اي علاقة إنسانية.

والحب هو أعظم مصدر للأمان.. والأمان هو إحدى الطرق التي تقود إلى الحب.. هذا الرجل يجب أن يحب النملة حتى يستطيع أن يواجهها ويتعايش معها.. وحتى يستطيع ان يقترب منها وأن يحملها بين يديه وأن يبذر في طريقها السكر ويكشف لها طبق العسل.. هذا هو التسلل برفق، أما الاقتحام المباغت فهو أن نطلق الف نملة ما بين جسده وملابسه.. فإما أن يشفى وإما أن يموت.. وفي مجال العواطف لا يجدي الاقتحام المباغت، ولا يفيد فيضان الاهتمام.. وإنما هو التسلل برفق فتذوب جبال الثلج التي جمدها الخوف.. جبال الثلج لا تذوب إلا ببطء، بالصبر وبالإصرار، وبدفء الحب الذي يتسلل دون أن يلحظه أحد.. شعاع تلو شعاع.. زفرة تلو زفرة.. لمسة تلو لمسة.. حتى إذا انقشع تماماً وجد الرجل نفسه وقد وفر الأمان في قلبه واستقرت الطمانينة في نفسه.. وإذا خوفه ينقلب ويتحول إلى شيء آخر.. إنه الآن يخاف أن يفقد هذا الحب العظيم.

وتلك هي براعة المراة المحبة العظيمة.. إنه لم يعد يحبها فقط إنما هو يحب

حبها.. ويحب حبه لها.. وبالتالي، فإنه إذا فقد هذا الحب فقد حياته.. وإذا فقد هذا الحب فقدها هي.

إذاً لاسبيل للحفاظ على هذا الحب إلا أن يكونا معاً.. أن يتشبث بها. ان يقيم نفسه راعياً لها لكي يحافظ على حياتها واستمرارها ولا يهدده شيء قدر تصوره احتمال انتهاء حياتها.. عند هذه المرحلة تنقلب الموازين إلى صالح المرأة المحبة.. إنها استبدلت بخوفه منها خوفه عليها.. فهي مصدر هذا الحب العظيم الذي لا يستطيع أن يستغني عنه فهو يموت إذا فقد هذا الحب.. وهذا هو الحب الحقيقي.. الحب الحقيقي الذي يعطيه له حبيبه.. التهديد هنا هو تهديد الذات بفقدان حب الحبيب.

فالإنسان في حالة الحب الحقيقي يحب نفسه من خلال حب حبيبه له.. ذات الإنسان تتأكد من خلال هذا الحب.

إذاً، فقد هذا الحب هو فقد للذات.. هناك تهديد بفقد الذات.. إنه تهديد بالزوال، أي الضياع الكامل والفناء لأن الحب الحقيقي يحقق للإنسان إحساساً بالوجود الحقيقي في الحياة.. معنى الوجود والاستمرار.

إن ضياع الحب هو الفناء والزوال واللاشيء.. ولهذا ليس غريباً أن يموت إنسان بعد موت حبيبه.. وليس غريباً أن يضحي الإنسان حتى بحياته من أجل حبيبه.. ولذا، فإن القوة العظمى التي تحمي الحياة من الفناء هي الحب..

× × ×

- علاج هذا الرجل يا سيدتي هو التسلل برفق، حتى يحب حبك، وحينئذ

سيكون حريصاً ان تكوني معه في كل لحظة من حياته؛ في عينه، وفي قلبه، وفي فكره، وستكون أعظم امنية له ان تكوني شريكة حياته.. مبروك..

× × ×

الختام

إذا هبطت الملائكة على الأرض لتعيش بيننا فسيكون هناك جنس ثالث غير الرجل والمرأة، وبالطبع ستكون له مشكلاته المرتبطة بحياته على الأرض.. ولمّا كانت الجن تعيش بيننا دون أن نراهم، فلا بد أن لهم أيضاً مشكلاتهم التي لا تنفصل عن مشكلات الكائنات التي تسكن الأرض.

- ولكن لأنه ليس لنا خبرة بعالم الملائكة والجن، فإنه لن يمكننا أن نتعرف على طبيعة مشكلاتهم وأسبابها.. والمقصود بالخبرة هنا ليس خبرة المعايشة ولكن خبرة التوحد والانتماء.. فأنت تشعر بمشكلات إنسان آخر لأنك إنسان وهذا هو معنى التوحّد والانتماء.. فأنت منتم لعالم البشر وأنت تتوحد مع أخيك الإنسان.

- وبالرغم من بشرية المرأة وأنها هي الحبيبة والأم والزوجة والأخت والابنة، فإن مشكلاتها في بعض الأحيان تبدو مستعصية على الفهم.. ليس فهم الرجال وحدهم ولكن فهم النساء أيضاً.. فالمرأة قد لا تستطيع أن تفهم المرأة.

وهكذا أجمع العلماء والحكماء والفلاسفة والأدباء منذ أقدم العصور.. ولهذا، فالتصدي لهذا الموضوع أمر محفوف بالمخاطر رغم الاستعانة بالرصيد العلمي المتراكم وكذلك الاستعانة بالخبرة المهنية والخبرة الشخصية.

ولأن المرأة تنطوي على ضعف في مجالات معينة يقوى فيها الرجل.. إلا أنها تناست مجالات قوتها، وانصرفت عن دورها وقفزت إلى حدود الرجل لتضعف من قوته لتحظى بتفوق نسبي في مناطق ضعفها.. وهذا يحدث من بداية الخليقة وبذلك ترسّب لديها رصيد هائل من المتناقضات تجعلها تبدو ذات وجهين.

وهذا انعكس على أسلوب تفكيرها ومشاعرها وسلوكها.. انعكس على علاقتها

بالمراة ثم علاقتها بالرجل ثم علاقتها باطفالها وكذلك علاقتها بالعالم.

- إذن، فالحديث عن المراة لا ينفصل عن الحديث عن الرجل.. لأنه لا امرأة دون رجل ولا رجل دون امراة.. شطران في ثنائية مندمجة.. وعلى الرغم من حنين كل شطر في الاندماج، والانصهار والتوحد والذوبان.. إلا أن كلاً منهما يناضل من اجل الاستقلال والتفرد والشعور بالكيان المنفصل.. وهذا هو أصل الصراع في الحياة.

الصف والإخراج وتصميم الغلاف والطباعة :

شركة المدينة لأعمال المطابع

هاتف 5411339 . تلفاكس 5411040



المؤلف في سطور..

- حصل على بكالوريوس الطب والجراحة من كلية طب جامعة عين شمس عام ١٩٦٦، ثم حصل على دبلوم الأمراض الباطنية، ثم دبلوم الأمراض العصبية والنفسية، ثم حصل على الدكتوراه في الطب النفسي عام ١٩٧٢.
- في عام ١٩٧٤ سافر الى بريطانيا حيث حصل على دبلوم الطب النفسي ثم حصل على عضوية الكلية الملكية للأطباء النفسيين وعين مستشار الطب النفسي في (جلاسكو) لمدة عامين.
- تدرج في الوظائف الجامعية حتى عين استاذاً للطب النفسي عام ١٩٨٢ بكلية طب جامعة عين شمس.
- منحته الجمعية الأمريكية للطب النفسي الزمالة الفخرية في عام ١٩٨٣ ليصبح الزميل رقم (٣٧) الذي يمنح هذه الشهادة من غير الأمريكيين، وفي عام ١٩٨٤ منحته الكلية الملكية للأطباء النفسيين في لندن الزمالة الفخرية.
- له أكثر من ١٠٠ بحث في الطب النفسي منشور في المجلات العلمية المصرية والعربية والعالمية.
- يتولى رئاسة تحرير مجلة الطب المصرية *EMG*.
- سكرتير عام الجمعية المصرية ـ الفرنسية للطب النفسي.
- عضو مجلس إدارة الجمعية المصرية للطب النفسي.
- حصل في عام ١٩٩٠ على جائزة الدولة لتبسيط العلوم.

من مؤلفاته

- أسرار في حياتك
- أسرار في حياتك وحياة الآخرين
- حكايات نفسية
- مباريات سيكلوجية
- معنى الطب النفسي
- الإدمان له علاج
- الطب النفسي
- الألم النفسي والعضوي
- في بيتنا مريض نفسي
- مشكلات نفسية
- معنى الحب
- الغيرة والخيانة
- كيف تصبح عظيما
- روعة الزواج
- العشق
- متاعب الزواج
- سناريو الحياة
- الحب أحسن دواء
- حب بلا زواج وزواج بلا حب